

# پیناٹرم

حصہ دوم

پیناٹرم



## پیناٹرم

مانٹجی سٹریٹ. گارڈن ایسٹ. کراچی ۲



# ہینا ٹرم



فنِ تنویم کاری کے تجربات اور مشاہدات

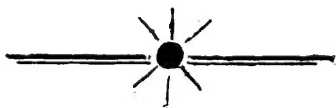
حصہ دوم



رئیس امروہوی

ناشر — ریس اکاڈمی

قیمت — چھ روپے



# پہلا ایڈیشن

اکتوبر ۱۹۷۷ء



ریس اکاڈمی

۱۲۹۔ اے۔ مانک جی اسٹریٹ گارڈ ایٹ کراچی ۳

فون نمبر: ۵۵۶-۷۷۳۳

مطبوعہ: انجن پریس کراچی

## تنبیخی تجربات

آج سے تقریباً دو سال قبل میں نے اپنی ایک کتاب "ہیپناٹزم" (جلد اول) پڑھی تھی۔ اس کتاب کو پڑھنے کے بعد میں نے ہیپناٹزم پر کئی کامیاب تجربات کئے۔ مثلاً یہ کہ معمول پر تنبیخی نیند طاری کرنے کے بعد ایسے یہ ترغیب دی کہ وہ آنکھیں بند ہونے کے باوجود اپنے گرد و پیش کی چیزیں دیکھ رہا ہے۔ چند روز کی ترغیب دہی کے بعد معمول اس قابل ہو گیا کہ وہ آنکھیں بند کر کے نزدیک و دور کی سب چیزیں دیکھ سکتا تھا۔ اس کے علاوہ دوسرے معمول پر "بے حسی" طاری کرنے کا تجربہ کیا۔ میں نے معمول سے کہا کہ میں تمہارے بائیں ہاتھ پر سٹی چھوؤں گا اور خراش لگاؤں گا مگر تمہارے بائیں ہاتھ کو کسی تکلیف کا احساس نہ ہوگا۔ یہی ہوا۔ میں نے معمول کے بائیں بازو میں سوئی چھوئی۔ مگر ایسے تکلیف کا احساس نہ ہوا۔ نہ خون بہا، بعد ازاں میں نے اسے - ترغیبات بعد التنبیخ (یعنی - POST HYPNOTIC SUGG) (ESTION) دیں کہ تنبیخی نیند زائل ہو جانے کے بعد بھی - جب تمہارے بائیں بازو میں سوئی چھوئی جائے گی تو تم قطعاً اس تکلیف محسوس نہ کرو گے۔ چنانچہ جاگنے کے بعد بھی جب اس کے بائیں بازو

میں سوئی چھوٹی گئی۔ تو اسے کسی تکلیف کا احساس نہ ہوا۔ نہ سوئی چھوٹنے سے خون کا قطرہ برآمد ہوا۔ اب تجربے کا دوسرا مرحلہ شروع ہوا۔ اسی معمول پر دوبارہ تنوبھی نیند کی کیفیت طاری کی گئی۔ اور سابقہ ترغیب یعنی سوئی چھوٹنے سے نہیں کوئی تکلیف نہ ہوگی۔ زائل کر دی گئی۔ پھر دوبارہ سوئی چھوٹی گئی۔ تو معمول کو تکلیف محسوس ہوئی۔ آپ نے اپنی کتاب ہینا ٹرم میں لکھا ہے کہ ترغیبات کے ذریعہ معمول کے جسم مثالی (روزانی جسم) کو اس کے خاکی جسم سے وقتی طور پر الگ کیا جاسکتا ہے۔ اس سلسلے میں آپ نے بعض تجربات بھی مکھے ہیں۔ سوچا کہ یہ تجربہ بھی کر لیا جائے۔ چنانچہ میں نے ایک معمول پر ہینا ٹرم کا عمل شروع کیا۔ یہ ترغیب دی کہ تمہارا جسم مثالی تمہارے جسم خاکی سے الگ ہو رہا ہے۔ اتفاق سے اسی وقت ایک دوسرے صاحب بھی موجود تھے۔ حالانکہ میری توجہ ان کی طرف مبذول نہ تھی۔ تاہم ان صاحب نے از خود میری ترغیبات پر عمل شروع کر دیا۔ اور واقعی وہ ”ہینا ٹرم“ ہو گئے۔ جب میں نے یہ دیکھا کہ ان پر تنوبھی کیفیت طاری ہو گئی۔ تو جان بوجھ کر ان دوسرے صاحب کو یہ ترغیب دینی شروع کی۔

”آپ اپنے جسم سے باہر نکل رہے ہیں“

چند بار یہ فقرہ دہرانے کے بعد میں نے اس طرح کی آوازیں سنیں۔ جیسے پانی میں بلبے اٹھ رہے ہوں۔ اس وقت بڑا دہشتناک ساں تھا۔ خوف کی لہریں میرے جسم میں دوڑ گئیں۔ اور یہ حالت آناٹا میں ہو گئی۔ پھر میں ترغیبات دینا رہا۔ ابھی میں ترغیبات دے رہا تھا

کہ معمول مد سے زائد خوف زدہ ہو گیا۔ اور بہت آہستہ آواز میں بولا کہ ”اب مجھے اٹھا دیجئے“ چونکہ یہ پہلا تجربہ تھا۔ اس لئے میں نے معمول کی گھبراہٹ کو مد نظر رکھا اور اسے ترغیب دینی شروع کی کہ تم اپنے جسم میں واپس آہے ہو۔ رفتہ رفتہ معمول کے ہوش و حواس بحال ہوئے لیکن وہ کافی دیر تک پریشان بیٹھا رہا۔ اس کے چہرے پر ہواٹیاں اڑ رہی تھیں۔ اس کے چہرے مہرے سے اندازہ ہوا کہ وہ کسی خوفناک تجربے سے گزرا ہے۔ جب ذرا اوسان درست ہوئے تو اس نے کہا

جب آپ جسم سے باہر نکلنے کی ترغیبات دے رہے تھے تو کچھ دیر بعد میرے جسم سے لہریں اٹھنے لگیں۔ لہریں اٹھ کر اوپر جاتیں اور پھر نیچے آتیں۔ لہریں تقریباً ایک فٹ اوپر جاتیں اور پلٹتیں، معمول اس وقت چارپائی پر اس طرح لیٹا تھا کہ اس کی پشت چارپائی پر اور منہ عین کی طرف تھا۔ سر قبلے کی طرف! میں رویہ شمال کھڑا ترغیبات دے رہا تھا۔ اگلے روز شام سات آٹھ بجے کے درمیان معمول کو پھر ”ہینا آؤ“ کیا۔ اور یہ ترغیب دی کہ

تم اپنے جسم سے ہلکے ہو کر اوپر اٹھ رہے ہو۔ میں نے اس مرتبہ معمول کو جسم سے باہر نکلنے کی ترغیب نہیں دی۔ کچھ دیر بعد گھبرا کر خوف زدہ ہوجے میں بولا کہ ”خدا کے لئے مجھے اٹھا دو“ اس نے یہ فقرہ اتنے پریشان کن لہجے میں کہا کہ میں نے اس کے جسم کو ہلکا کئے بغیر اسے فوراً اٹھا دیا۔ ترغیبات کے دوران اس کے جسم کے کچھ حصے یعنی پیٹ، سینہ، گولہ اور رانیں وغیرہ اوپر اٹھے ہوئے تھے۔ میں نے اس سے پوچھا کیا بات تھی؟ اس نے کہا کہ جب میں تنوہی نیند کے عالم میں تھا تو

میں نے سوچا کہ کہیں ایسا نہ ہو کہ پہلے کی طرح پھر میرے جسم میں لہریں چلنی شروع ہو جائیں۔ تو بھی نیند ختم ہونے کے چند لمحے بعد اس نے کہا کہ لیجئے۔ پھر میرے جسم میں لہریں چل رہی ہیں۔ وہ اس کیفیت سے بہت خوفزدہ ہوا۔ اور میں بھی اکیونکہ مجھے خود معلوم نہیں تھا کہ یہ لہریں چلنے کا مسئلہ کیا ہے۔ اب کیفیت یہ تھی کہ جیسے ہی وہ کہیں بیٹھنا یا لیٹنا تو جسم میں لہریں چلنی شروع ہو جاتیں۔ اور جب اٹھ کر چلنے لگنا تو لہریں چلنی بند ہو جاتیں۔ یا انکی شدت میں کمی آ جاتی۔ میں نے کوشش کی کہ وہ لہروں کی کیفیت کی وضاحت کر سکے۔ لیکن وہ اس کیفیت کی وضاحت نہ کر سکا۔ صرف یہ کہنا رہا کہ لہریں! لہریں! لہریں! "توزیم زدہ" رہنپٹا نڈڑ ہونے سے پہلے اس نے کھانا نہیں کھایا تھا۔ تو یہی حالت ختم ہونے کے بعد اس نے چائے پی۔ اور بسکٹ وغیرہ کھائے۔ خیر وہ اس کیفیت جسم میں لہریں چلنا سے بچنے کے لئے رات بھر چلنا رہا۔ بیٹھ جاتا تو جسم میں لہریں دوڑنے لگتیں۔ کھڑا ہو جاتا تو لہروں کا زور شروع ہو جاتا عجب پراسرار معاملہ تھا میں بھی اپنے معمول کے قریب موجود تھا۔ توجہ بانٹنے کے لئے اس نے میرے کہنے کے مطابق ایک آل پن لے کر ہاتھ پر ہلکے ہلکے چھونے شروع کی۔ مگر کوئی فائدہ نہ ہوا۔ ساری رات جاگنے کے بعد صبح چار بجے ہم دونوں ایک مشہور توزیم کار (رہنپٹاٹ)، ڈاکٹر انیس صاحب کے کہیں پہنچے، ان سے ہر بجے صبح ملاقات ہوئی۔ ڈاکٹر کی ملاقات سے قبل اس نے چائے پی۔ اور پھر ٹہلنا شروع کر دیا۔ ڈاکٹر صاحب نے اپنے کلینک میں ملاقات کا وقت دیا۔ ہم دونوں نے

اس دوران ہڈیوں میں ناشتے کا پروگرام بنایا۔ حیرت انگیز بات یہ کہ ناشتے کے دوران جسم میں لہروں کا چلنا بند ہو گیا۔ ناشتے کے بعد ہم ڈاکٹر آپس کے کلینک میں پہنچے اس وقت معمول پر سکون تھا۔ لہروں کا انارچٹھاؤ ختم ہو گیا تھا۔ ڈاکٹر صاحب نے کیفیت سننے کے بعد کہا کہ یہ بڑی اچھی علامت ہے یہ وقت کی لہریں ہیں جو تمہارے جسم میں دوڑ رہی ہیں۔ یہ طاقت بہزار شکل ہاتھ آتی ہے۔ اور لوگ اس طاقت کے حصول کے لئے بڑے بڑے پا پڑھتے اور مشقت جھیلتے ہیں۔

## وقت کی لہریں

ڈاکٹر صاحب نے معمول رتوب نیم مریض بن چکا تھا۔ کوشورہ دیا کہ تم اس زحمت کو جو عارضی ہے۔ برداشت کر لو۔ مگر معمول اس پر راضی نہ ہوا آخر یہی فیصلہ کیا گیا کہ معمول کے جسم سے ترغیب کے ذریعہ لہروں کو باہر نکال دیا جائے۔ ڈاکٹر صاحب نے معمول پر نیند طاری کئے بغیر ہاتھ کے پاسنر مریض کے جسم پر ہاتھ پھیرنا کے ذریعہ معمول کے جسم سے لہریں نکال دیں۔ اور وہ پرسکون ہو گیا۔ ڈاکٹر صاحب نے فرمایا تھا کہ میں نے تمہارے جسم کی لہروں کا ایک حصہ نکالا ہے۔ ابھی کچھ لہریں جسم میں باقی ہیں۔ اگر سب لہریں ایک ساتھ نکالی جائیں تو جسم میں شدید درد شروع ہو جائے گا۔ خیر ہم گھر آ گئے۔ دن آرام سے بسر ہوا۔ اور رات کو وہ معمول کے مطابق سو گیا۔ سوتے سوتے اچانک جاگ کر اٹھ کھڑا ہوا۔ اور کہنے لگا کہ پھر میرے جسم میں لہریں



چلنی شروع ہو گئی ہیں۔ اور شدید تکلیف ہے۔ پھر اسے محسوس ہوا کہ میرا جسم ہلکا ہو گیا ہے۔ اور میں اوپر اٹھ رہا ہوں۔ اس واقعے کے بعد ہم لوگ پھر ڈاکٹر صاحب کے پاس پہنچے۔ اور ساری کیمقیت ان سے بیان کی ڈاکٹر صاحب نے مٹورہ دیا کہ جسم سے ساری لہریں نہ نکالی جائیں۔ لیکن ہمارے اصرار پر پاس کے ذریعہ چند لہریں جسم سے نکال دیں۔ اور فرمایا کہ تم لوگوں روحانی حلقہ بناؤ۔ اور اس روحانی حلقہ کے ذریعہ معمول کو مختلف مقاصد کے لئے استعمال کیا جائے۔ یہ بھی ہدایت کی کہ اس روحانی حلقے میں جاوید اختر سبحانی کو بھی شامل کیا جائے۔ اس سے قبل جاوید اختر سبحانی سے میرے کئی ملاقات ہو چکی تھیں۔ یاد ہے کہ یہ وہی جاوید اختر سبحانی ہیں جن کا ذکر آپ نے اپنی کتاب ہینا ٹرم میں کیا ہے۔ نیز ہم لوگ واپس آ گئے اور پھر تیسری مرتبہ اس ارٹھ سے ڈاکٹر صاحب کے پاس گئے۔ کہ معمول کے جسم سے تمام لہریں نکال دی جائیں ڈاکٹر صاحب نے مجھے مٹورہ دیا کہ میں معمول پر تنویمی نیند طاری کروں اور "ترغیبات" (سجشنز) کے ذریعہ لہریں جسم سے باہر نکالنے کی کوشش کر دیکھوں میں نے معمول کو حسب معمول "ہینا ٹرم" کیا۔ اور حسب ذیل فقرے دہرانے شروع کئے۔

تمہارے جسم میں جو لہریں چل رہی تھیں۔ وہ ہاتھوں کے راستے برابر باہر نکل رہی ہیں۔

ہاتھوں کے راستے برابر باہر نکل رہی ہیں  
تمہارے جسم سے لہریں باہر نکل رہی ہیں۔ نتیجہ یہ ہوا کہ  
اس دوران لہروں کی شدت میں کمی آئے گی۔ اور میں نے

ڈاکٹر کے مشورے سے یہ ترغیب دہران شروع کی کہ  
تہارے جسم سے لہریں بالکل نکل چکی ہیں۔ اب تم کبھی جسم میں  
لہریں چلتے محسوس نہ کرو گے۔

ان ترغیبات کے نتیجے میں معمول کا یہ احساس بالکل ختم ہو گیا  
کہ اس کے جسم میں لہریں رواں دواں ہیں۔ اور وہ بالکل صحت مند ہو گیا  
ڈاکٹر صاحب نے چونکہ تنویمی ترغیبات کے زیر اثر کو معمول یہ محسوس  
کرا دیا ہے کہ اس کے جسم سے لہریں نکل چکی ہیں۔ اس لئے امکان ہے  
کہ اب مریض کبھی یہ تکلیف محسوس نہ کرے گا۔ تاہم مکان میں بھی کہہ دیا  
کہ ممکن ہے۔ مریض پھر اس تکلیف محسوس کرنے لگے۔ چنانچہ وہی ہوا  
چند ہی روز بعد مریض (معمول) نے پھر لہریں چلنے کی شکایت کر دی  
یہ احساس بھی دوبارہ شروع ہو گیا کہ میرا جسم ہلکا ہو رہا ہے۔ اور اس  
کے ساتھ یہ کیفیت بھی شروع ہوئی کہ معمول نے محسوس کیا کہ اس کے  
جسم میں کوئی چیز ہل رہی ہے۔ اور اس کی ٹانگیں ہوا میں اٹھ رہی  
ہیں۔ یا اٹھنے والی ہیں۔ اب میں نے بھرپور تنویمی علاج کا فیصلہ کیا  
اور معمول کو روزانہ "ہیناٹائزڈ" کرنا شروع کیا۔ ہر بار یہی ترغیب  
دہرانا کہ تم بالکل صحت مند ہو۔ اور اب تم جسم میں لہریں چلنے بالکل  
محسوس نہ کرو گے۔ ابتدا میں معمول کو روزانہ ہیناٹائزڈ کرنا تھا۔  
پھر وقفے وقفے سے تنویمی نیند طاری کرنا تھا تاہم معمول کا  
یہ احساس ہی ختم ہو گیا کہ اس کے جسم میں لہریں چل رہی ہیں لیکن  
ایک نیا احساس ابھرا کہ ہرے جسم میں سستی دوڑ رہی ہے۔ اور جسم  
میں ہو رہا ہے۔ پھر یہ کیفیت بھی ختم ہو گئی۔ اور یہ محسوس ہونے لگا

کہ ہاتھوں کے راستے کوئی شے باہر نکل رہی ہے جب وہ کسی شے پر  
توجہ مرکوز کرنا تو، یہ کیفیت محسوس ہوتی۔ یہی نہیں بلکہ ٹی وی اور سینما  
دیکھتے وقت بھی جسم میں سنسنی سی دوڑ جاتی اور لگتا کہ کوئی قوت انگلیوں  
کے راستے باہر نکل رہی ہے۔ رفتہ رفتہ یہ احساسات بھی ترغیبات کے ذریعے  
غائب ہو گئے۔ اور ٹی وی یا سینما دیکھتے وقت اسے کوئی غیر معمولی احساس  
نہ ہونا۔ پھر معمول کو یہ ترغیب دی گئی کہ

تمہیں تنگ کرنے والے تقناطیسی ذرے دھیرے دھیرے جسم  
سے بالکل باہر نکل رہے ہیں!

یہ ترغیب بھی موثر ثابت ہوئی۔ معمول کچھ دن بالکل پرسکون  
رہا۔ پھر اسے محسوس ہونے لگا کہ اس کے جسم کا ایک حصہ ہل رہا ہے کھڑے  
کھڑے جسم ہلکا ہونا، محسوس ہونا تو ایسا لگتا کہ جسم کا وزن ختم ہو رہا ہے۔  
اور وہ ہلکا ہو کر اوپر اٹھنے والا ہے۔ نیند میں یہ احساس ہونا کہ کسی نے  
جگا دیا ہے۔ اور جسم سنبھلنے لگتا پھر یکا یک ایک روز اس نے محسوس  
کیا کہ جیسے بجلی کا جھٹکا (رناک) لگا ہے اور پھر رگ و پے ہن ہنوں  
کے ددڑنے کی کیفیت محسوس ہوتی۔ میں نے برقی جھٹکوں اور لہروں کے  
بارے میں دوبارہ اسے ترغیبات دیں۔ کہ نہ اب تم برقی جھٹکے محسوس کر دو گے  
نہ جسم میں لہریں چلیں گی، تو آفاقی ہو گیا۔ الحمد للہ کہ آج کل وہ ذہنی طور  
سے پرسکون ہے۔ میں نے اس کا آخری تنویدی علاج جنوری ۱۹۷۹ء میں،

کیا تھا۔ اور اب مارچ ۱۹۷۹ء ہے اندازاً پانچ ماہ سے اس نے کوئی  
غیر معمولی کیفیت محسوس نہیں کی! اب ازراہ کرم چند سوالات کے جوابات  
دے دیں۔

۱۔ جب کسی کا جسم مثالی اسکے جسم خاکی سے باہر نکلتا ہے۔ تو کیا اسے یہ احساس ہوتا ہے کہ جسم میں لہریں دوڑ رہی ہیں؟ آپ نے اپنی کتاب ”ہیٹاٹرم“ میں ان لہروں کا کوئی ذکر نہیں کیا۔

۲۔ یہ کس قسم کی لہریں ہیں۔ وہ بلبلیوں کی آواز وہ دہشت ناک سماں اور وہ خوف کی کیفیت، آخر یہ سب کیا تھا اور کیوں تھا؟

۳۔ جسم میں لہریں دوڑنے کا عمل خود بخود کس طرح شروع ہو گیا۔

۴۔ اسکے بعد جسم میں جو چیز ہلتی تھی۔ وہ کیا تھی۔ اسے یہ احساس کیونکہ ہوتا تھا کہ میں اوپر اڑنے والا ہوں کسی چیز کو گھورنے سے اس پر یہ کیفیت کیونکر اور کس لئے شروع ہو جاتی تھی

۵۔ کیا اب وہ پوری طرح صحت مند ہے۔

۶۔ یہ برقی جھٹکنے کیسے تھے۔ اور یہ احساس بھی کہ اسکے ہاتھ سے قوت

کی لہریں نکل رہی ہیں۔

۷۔ اس کے جسم میں سنسنی کیوں دوڑ جاتی ہے۔ سنسنی کے اسباب کیا تھے؟ یہ بھی عرض کر دوں کہ تنزیہی عمل سے قبل معمول کو ”تنزیہی کاری“ ”ہیٹاٹرم“

کے سلسلے میں کچھ بھی معلوم نہ تھا۔ پھر یہ کہ میں تنزیہی پسند طاری کر رہا تھا دوسرے شخص پر! یہ شخص دیکھا دیکھی خود بخود ”ہیٹاٹرم“ ہو گیا۔ معمول کا مافیہ یہ ہے کہ اس سے قبل اسکے ناجائز تعلقات کبھی لڑکی سے تھے اس نے زمینی الجھنوں سے تنگ آ کر ایک مرتبہ خودکشی کی غرض سے گولیاں بھی کھالی تھیں۔ معمول وقفے وقفے سے نشے کا عادی بھی رہا ہے۔ اور شراب و بئیر بھی پینا رہتا ہے۔ مزید ایک بات عرض کر دوں کہ ڈاکٹر انیس نے مجھ سے کہا تھا۔ کہ جب معمول کو لہریں بہت تنگ کرنے لگیں تو تم ارادے

کی قوت سے ان لہروں کو اپنے اندر کھینچ لینا۔ طریقہ یہ ہے کہ ہتھارامنہ شمال کی طرف اور معمول کاٹنہ جنوب کی طرف ہو۔ پس معمول کے ہاتھوں کو دباؤں اور تصور کروں کہ معمول کی لہریں میرے اندر منتقل ہو رہی ہیں۔ معمول یہ تصور کرے کہ میرے جسم کی لہریں ہتھارے (عامل کے) جسم میں داخل ہو رہی ہیں۔ اس دوران معمول جب میرے زیر علاج تھا میں نے حب ذیل خواب دیکھا کہ میرا جسم ذرات میں تبدیل ہو چکا ہے۔ یعنی لا تعداد ذرے میرے جسم کے ہو گئے۔ اور ایک علیحدہ جسم کی شکل اختیار کر گئے۔ جب کہ میرا مادی وجود اپنی جگہ قائم ہے۔ میرا یہ ذراتی جسم مجھ سے آٹھ یا نو دس فٹ کے فاصلے پر ہے۔ میں دیکھا کہ ذرات متحرک تھے۔ یعنی ہر ذرہ اپنی جگہ ادھر ادھر حرکت کر رہا تھا۔ میرا مطلب یہ ہے کہ تمام ذرات اپنی اپنی جگہ رہ کر متحرک تھے۔ میں اس وقت لیٹا تھا۔ اور میرے ذراتی جسم کی حالت بھی یہی تھی۔ عجیب تہ کہ اس عالم میں ذراتی جسم کی ذہنی کیفیات بھی مجھے محسوس ہو رہی تھیں اور طرزِ تجویز یہ کہ اسی کے ساتھ ساتھ مادی جسم کی کیفیات اور احاسات کا بھی اندازہ تھا۔ البتہ یہ ضرور ہے کہ اس عالم میں اپنے جسم کو حرکت دینے کے قابل نہ رہا تھا۔ ہاتھ اٹھانے کی کوشش کی، نہ اٹھا، ہلنا چلنا چاہا نہ ہل سکا۔ کچھ دیر کے بعد ذراتی جسم کا احساس ختم ہو گیا تو میں حالت ہوشیاری آگیا۔ بعد ازاں یہ کیفیت کبھی محسوس نہ ہوئی۔ ازراہِ کرم ان تمام کیفیات کی نفسیات اور فنِ تنویم کا روشنی میں وضاحت فرمادیں۔

(گلِ فتال بخاری۔ کرشن نگر لاہور)

## قابل غور

گل فشاں بخاری نے جس کیس کی تفصیل لکھی ہے۔ وہ کئی اعتبار سے قابل غور ہے۔ گل فشاں بخاری کسی دوسرے صاحب کو ہنپا تڑپ کرنا چاہتے تھے۔ اور انہیں تنوکی ترغیبات سے لے رہے تھے۔ سو اتفاق سے یہ حضرت ابی اس مجلس میں موجود تھے۔ ان صاحب نے جنہیں معمول بنانے کی کوشش کی جارہی تھی، ان ترغیبات کا اثر قبول کیا یا نہ کیا۔ یہ تو معلوم نہیں البتہ یہ صاحب خود بخود رہنپا تڑپ ہو گئے۔ حالانکہ عامل کی توجہ انکی طرف مبذول نہ تھی! اس سے اندازہ ہونا ہے کہ یہ صاحب کس شدت سے اثر پذیر واقع ہوئے ہیں۔ اور ان میں ترغیب پذیری SUGGESTIBILITY کتنی صلاحیت موجود ہے۔ گل بخاری تنوکی ترغیبات کے ذریعہ جسم مثالی اور جسم خاکی کی علیحدگی کا تجربہ کرنا چاہتے تھے۔ جسم مثالی دیکر نور کیا ہے ہل پنا متعدد تصانیف میں اس موضوع پر گفتگو کر چکا ہوں۔ بہر حال گل فشاں بخاری کی ترغیبات سے معمول پر عجیب کیفیت طاری ہوئی اور خود بخاری صاحب کو جہراں کن مشاہدہ ہوا۔ لکھتے ہیں کہ چند بار میں نے اس طرح کی آوازیں سنیں جیسے پانی میں بلبے اٹھ رہے ہوں اس وقت بڑا دھماکا ساں تھا۔ خوف کی ہر میرے جسم میں دوڑ گئی۔ عامل ہی اس کیفیت سے سے خوفزدہ نہ تھا۔ خود معمول کا مائے دہشت کے بڑا حال تھا۔ چنانچہ اس نے گل فشاں بخاری سے درخواست کی کہ "اب مجھے اٹھا دیجئے"

معمول کا بیان ہے۔ کہ ان ترغیبات سے کہ میرا جسم مثالی جسم خاکی سے علیحدہ ہو رہا ہے۔ مجھے محسوس ہوا کہ جسم سے لہریں اٹھ رہی ہیں۔ لہریں اٹھ

کر اور جانتے اور سمجھے پلٹ آہیں۔ لہریں اٹھنے اور ڈوب جانے کی کیفیت نے معمول کو خوفزدہ کر دیا۔ اور مستقل ذہنی بیمار بن گیا۔ آخر بڑی شکل سے تنزیہی علاج کے ذریعہ خوفزدہ معمول نے اس حالت سے نجات پائی۔ اس تجربے سے اندازہ ہونا ہے کہ عمل تنزیہ میں کتنی احتیاط برتنی چاہیئے۔ اور یہ کہ عامل تنزیہ کا اپنے عمل پر قادر ہونا کتنا ضروری ہے؟ انسانی ذہن کی نزاکتوں، پیچیدگیوں اور وقتوں کو سمجھنا قریب قریب ناممکن ہے۔ تنزیہ کاری اور تحلیل نفسی کے ذریعہ ہم انسانی نفس کو چھوٹے چھوٹے اور متحرک کرتے ہیں۔ اگر ذرا سی غلطی ہو جائے تو آدمی ایسا نامل بندہ بعض حالات میں مجنوں الجھکس ہو جاتا ہے۔ بگل نشان بخاری کو عمل تنزیہ پر پوری قدرت حاصل نہیں یہی وجہ ہے کہ ان کے معمول کو اتنی تکلیف اٹھانی پڑی۔ پھر یہ کہ جس شخص سے ان کا واسطہ پڑا تھا وہ خود بلا کا حس اور انتہا درجہ کا ناثر پذیر واقع ہوا تھا۔ چنانچہ اس نے ترغیب کو اس قدر جذباتی انداز میں قبول کیا کہ خود اسکی شخصیت میں مستقل شکاف پڑ گیا۔ اور وہ ایک نفسیاتی مریض کی جسم طرح عمل کرنے لگا۔ اس تجربے سے یہ بھی معلوم ہوا کہ جسم خاکی جسم مثالی کا علیحدگی کا معاملہ کس قدر نازک اور پر از خطر ہے اور ان دونوں جسموں کی جدائی کی کوشش سے اگر غلط طور پر کی جائے، کیسے کیسے سنگین نتائج پیدا ہو سکتے ہیں۔

## دو طریقے

تنزیہی عمل کے دو طریقے ہیں ایک یہ کہ آپ کو کوئی تنزیہ کار تنزیہی ترغیب دے اور آپ ان ترغیبات کو قبول کر کے ان کے مطابق عمل

کریں۔ دوسرا طریقہ ہے کہ آپ خود اپنے اوپر تنویمی کیفیت ترغیبات کے ذریعے طاری کریں۔ اسے SELF HYPNOSIS کہتے ہیں۔ ترغیبات پر عمل کرنے کی ذمہ داری معمول پر عائد ہوتی ہے۔ خواہ وہ ترغیبات عامل کی زبان سے ادا ہوں یا خود معمول انہیں دہرائے نتیجہ یکساں ہے البتہ عین ممکن ہے کہ معمول تنویم کار کی ترغیبات پر عمل کرنے سے انکار کر دے۔ اس صورت میں ممکن نہیں کہ آپ اس پر تنویمی کیفیت طاری کر سکیں! سوال یہ ہے کہ تنویمی کیفیت کسے کہتے ہیں۔ مختصر تعریف یہ ہے کہ تنویمی کیفیت انتہا درجہ کی ترغیب پذیری کی حالت کو کہتے ہیں۔ انگریزی میں اس کی تعریف اس طرح کی گئی ہے کہ (CONDITION OF HEIGHTENED SUGGESTIBILITY) - یعنی وہ حالت جب انسان کوئی اثر قبول کرنے کے لئے بیتاب ہو۔ مثلاً کسی خوبصورت دلربا چہرے کو دیکھ کر آدمی کا دنگ رہ جانا۔ اس "دنگ رہ جانے" کی حالت میں اسے جو ترغیب دی جائے گی۔ وہ براہ راست اس کی روح میں اتر جائے گی۔ جس حالت کو انگریزی میں "ہائی ٹینڈ سبجٹبلیٹی" کہتے ہیں۔ وہ مختلف ذرائع سے پیدا ہوتی ہے۔ مثلاً نشے کے عالم میں! بحرانیز موسیقی کے وجد آفریں بول سن کر۔ ہوش رُبا قصہ دیکھ کر مصوری کے نادر شاہسکار۔ کوئی پرشکوہ عمارت، کوئی ڈرامائی منظر کوئی وجد آفریں نظارہ، مثلاً طلوع وغروب آفتاب کے مناظر، پر جلال کوہ ساروں کی جھلک نامحاذ نظر نلاطم آفریں سمندروں کا جذرومد یہ تمام محرکات انسانی نفس میں ایک ایسی پُرگداز، رقیق کیفیت پیدا کرتے ہیں کہ اس لمحے جو نقش نگاہا جاتا ہے۔ وہ اُنٹ ہو جاتا ہے۔ غرض خطابت سے بھی انسان پر نہم تنویم کے کیفیت طاری کی جا سکتی ہے۔ جب کوئی ترغیب نفس انسانی میں پیوست



ہو جاتی ہے۔ تو پھر اسکی قوت کی کوئی انتہا نہیں رہتی، وہ پوری انسانی شخصیت کو بدل دیتی ہے۔ اور ترغیب کی بدولت نیا انسان وجود میں آ جاتا ہے۔ ترغیب دہی کے جتنے ذرائع عہد حاضر کے پاس ہیں۔ اسکی مثال ماضی کی کئی تاریخ میں نہیں ملتی۔ یہ تبلیغ، تشہیر اور اشاعت و اشتہار کا زمانہ ہے۔ فلم ریڈیو، ٹی وی، مواصلاتی سیالے، اخبارات۔ رسائل ان سب کا ایک ہی مصرف ہے یعنی ایک نقطہ نظر کی بار بار بھرپور اور پے پیسے تشہیر کرنا آج تجارت صنعت اور سیاست کا کوئی گوشہ ایسا نہیں ہے جس میں ترغیب پذیری کی تحریک کارفرمانہ ہو۔ اشیاء کی فروخت اور اپنی مصنوعات کو مقبول عام بنانے کے لئے کاروباری اداروں نے اس زور شور سے اشتہارات کی مہم شروع کر رکھی ہے کہ خدا کی پناہ ان ترغیبات۔ ہدایات۔ اشارات۔ اور سچیشنز صرف افراد کو ہی نہیں۔ جماعتوں کو بھی تنویم زدہ کر دیتے ہیں۔ اس وقت جب کہ میں یہ سطور لکھ رہا ہوں۔ ریپنچ مارتھ سن انہیں سو سنتر، پاکستان میں عام انتخابات کا ہنگامہ گرم ہے۔ ایک طرف پیپلز پارٹی ہے اور دوسری طرف پاکستان قومی اتحاد ایہ پوری مہم! جو! ارجزوری سے شروع ہوتی ہے۔ اور دس مارچ کو ختم ہوگئی۔ اجتماعی ہینڈلزم کا بہترین نمونہ ہے۔ دونوں جماعتوں کے بینرز اور پرچم پوسٹے پاکستان میں لہرا رہے ہیں۔ ان بینرز پر عجب عجیب نعرے لکھے ہوئے ہیں۔ لوگوں کی ٹولیوں نے ایک عوامی شاعری ایجاد کر لی ہے۔ کچھ موزوں کچھ نیم موزوں اور کچھ ناموزوں فقرے۔ ان فقروں۔ ان نعروں کو بار بار دہرایا جا رہا ہے۔ ان بولوں کو بار بار گایا جا رہا ہے پھر جلوس الگ ہیں۔ جلے الگ ہیں۔ نعرے الگ ہیں۔ تقریریں الگ ہیں۔ ایک طرف مزدور کسان راج کے نعرے ہیں۔ دوسری طرف نظام مصطفیٰ اور نظام شریعت کے نعرے

ہیں۔ ان نعروں اور دعوؤں کی حقیقت و صداقت پر بحث مقصود نہیں، ہم اس تمام مسئلے کا جائزہ نفسیاتی نقطہ نظر سے لے رہے ہیں۔ انتخابات میں حصہ لینے والے ہر فریق کی کوشش یہ ہے کہ وہ حلقے رائے دہندگان کو "ہیپناٹائزڈ" کر دے۔ ایک نعرہ کو جتنی بار دہرایا جائے گا۔ ایک اعلان پے درپے جس دیدہ دلیری سے کیا جائے گا۔ ایک متعین مقصد کو الفاظ اور اشارات کے ذریعہ جس قوت سے پیش کیا جاتا رہے گا۔ عوام اتنا ہی اثر قبول کریں گے۔ عجیب اتفاق ہے کہ جب ہیپناٹزم کی جداول زیر ترتیب تھی تو مشرقی پاکستان کے انتخابی نتائج پر گفتگو اور بحثیں جاری تھیں۔ اور شیخ مجیب اور عوامی لیگ کے عوام کو جس طرح ہیپناٹائزڈ کر دیا تھا اسپر انٹلراجنریٹ کیا جا رہا تھا۔ اس سلسلے میں عرض کیا گیا تھا کہ

## گروہی یا اجتماعی تنویم کاری

تنویم کا ایک عجیب و غریب مظہر "گروہی تنویم" یا (MASS HYPNOSIS) بھی ہے اگر دس آدمی بیٹھے ہوں۔ اور آپ ایک شخص کو تنویم زدہ کر دیں۔ تو باقی نو آدمیوں پر یہ آسانی تنویمی کیفیت طاری کی جاسکتی ہے گروہی ہیپناٹزم یا گروہی تنویم ظاہری نفسیاتی عمل ہے۔ اگر آپ کسی ہشاش بشاش مجمع میں بیٹھے ہوں۔ تو نا محالہ دوسروں کی تقلید یا تاثر یا چھوٹ کے سبب آپ کا موڈ بہتر ہو جائے گا۔ دوسروں کو قہقہہ لگاتے دیکھ کر آپ بھی مسکرنے پر مجبور ہو جائیں گے۔ خواہ آپ بذات خود کہنے ہی آزدہ خاطر کیوں نہ ہوں فارسی کا مصرع ہے۔

افسردہ دل افسردہ کسدا بنجنے را

یعنی اگر مجلس میں کوئی افسردہ دل پہنچ جائے تو وہ ساری انجمن کو افسردہ کر دے گا۔ لوگوں کو ہنستے دیکھ کر ہنسنے لگنا۔ رونے والوں کے مجمع میں جا کر آبدیدہ ہو جانا۔ اشتعال انگیزوں کے ہجوم میں پہنچ کر مشتعل ہو جانا۔ یہ سب روزہ مرہ کے مظاہر ہیں انسان گروہ پسند جانور واقع ہوا ہے۔ وہ اپنے ہم جنسوں کی تقلید پر مجبور ہے۔ تمدن کی بنیاد ہی تقلید پر رکھی ہے۔ گروہی ذہنیت اجتماعی عمل تقلید۔ کو کہتے ہیں۔ ہم جس گروہ جس جماعت سے وابستہ ہیں۔ اس کے خیالات افکار، تصورات اور اعمال میں ہماری ذہنی دماغی اور عملی شرکت ناگزیر ہے ہم اجتماعی اثرات سے بچ ہی نہیں سکتے۔ دنیا کی تمام اُطلاب انگیز اور ناراض ساز تحریکیں گروہی تنظیم کاری کی منظر ہوتی ہیں۔ یعنی ایک جماعت بعض اجتماعی ترغیبات سے "ہینا ٹرمڈ" ہو کر ایک ہی راہ پر گامزن ہو جاتی ہے۔ میں خود تحریک پاکستان میں اس "گروپ ہینا ٹرم" کا تجربہ کر چکا ہوں۔ پاکستان کا مطالبہ بر کو چک کے اکثر اترے صوبوں کے مسلمانوں سے تعلق رکھتا تھا۔ ماقیم شدہ ہندوستان کے جن صوبوں میں مسلمان اقلیت میں تھے مثلاً دہلی۔ یوپی۔ سی پی، بہار اڑیسہ، بمبئی مدراس وغیرہ ان کو ہندوستان کی مذہبی بنیادوں پر تقسیم سے سخت نقصان پہنچنے کا اندیشہ تھا۔ اور تقسیم کے وقت اور اس کے بعد جو حواث پیش آئے۔ انھوں نے اس اندیشے کی تصدیق بھی کر دی۔ ان تمام خدشوں میں کے باوجود اقلیتی صوبوں کے مسلمانوں نے اجتماعی تنظیم زدگی (مس ہینا ٹرم) کے اثر کے تحت تقسیم ہندوستان کی پرزور حمایت کی اور اپنے یقینی لادری اور حتمی مستقبل کو بغیر یقینی مستقبل پر قربان کر دیا۔ اجتماعی تنظیم زدگی کی اس سے بڑی مثال میری نظر سے نہیں گزری۔ البتہ نیکلہ دیش کی تحریک

نے محدود پہانے پر اسی گروہی تنویم کا ثبوت دیا تھا۔ عوامی لیگ کے چھ نکات اور صوبائی خود مختاری کا نعرہ، مشرقی پاکستان کے کروڑوں انسانوں کے لئے نوزیہی اثر رکھتا تھا۔ حقیقت یہ ہے کہ عوامی لیگ کے چھ نکات مشرقی پاکستان والوں کے اجتماعی لاشعور کا ایک جبری تقاضا بن گئے تھے۔ چنانچہ انھوں نے تمام خطرات کے باوجود عوامی لیگ کے نعروں کو لبیک کہا اور پاکستان سے علیحدہ ہو کر دم لیا۔ یہ اتلباس ہیناٹرم جلد اول کا ہے۔ اور جب کہ جلد دوم کے صفحات زیرِ تحریر ہیں۔ پاکستانی عوام پر پاکستان قومی اتحاد کے نعروں نے جادو کا سا اثر کر رکھا ہے یہ سب اجتماعی تنویم کاری کے اثرات ہیں۔ دنیا کے جتنے عظیم اشران اور اہم سیاسی و نظریاتی انقلابات واقع ہوئے ہیں ان سب میں "ہمس ہیناٹرم" کا دخل ضرور تھا جس طرح ازاد ترغیبات سے متاثر ہو کر عیسائی معمولی حرکات و اعمال کے مظاہرے کرنے پر مجبور ہو جاتے ہیں۔ یہی حال اقوام کا ہے۔ آپ بار بار ایک دعویٰ ایک نظریہ اور ایک مقصد کو دہرائیں۔ اور دہرائے جائیں آخر کار وہ مقصد اس قوم کا ... نصب العین بن جائے گا۔ اور وہ پوری ذہنی اور دماغی توانائیاں اس نصب العین کے حصول کے لئے صرف کر دے گی۔ ترغیبات کے ذریعہ آپ آدمی کے حواس خمسہ کے عمل اور آگے کارکردگی کو بھی بدل سکتے ہیں مثلاً آپ تنویم معمول سے یہ کہیں کہ تم آنکھیں کھول کر یہ دیکھو گے کہ سامنے ایک ریچھ ناپ رہا ہے۔ یقین کیجئے کہ تنویمی کیفیت میں مبتلا معمول سو فیصدی خیالی ریچھ کو ناچتا ہوا دیکھے گا۔ تنویمی ترغیبات کے ذریعہ سامع کو بھی فریب دیا جاسکتا ہے۔ اور معمول کو ایسی آوازیں سنوائی جاسکتی ہیں۔ جن کا خارج میں کہیں وجود نہیں۔ بس یہ کافی ہے کہ معمول یہ باور کرے کہ اسے

آواز سنائی دے رہی ہے۔ آواز سنائی دینے لگے گی۔ یہی حال ذائقہ کا ہے۔  
تو یہی حالت میں معمولی عامل کی ترغیب کے تحت مٹھاس کو کڑواہٹ  
اور کڑواہٹ کو مٹھاس اور بدبو کو خوشبو محسوس کر سکتا ہے۔ اور کرنا ہے اسی طرح لامس  
(چھونے کی حس) اور شامہ (سونگھنے کی حس) کو بھی فریب دیا جاسکتا ہے تو ہم  
کاری کے ذریعہ آپ معمول میں التباس حواس کی کیفیت پیدا کر سکے ہیں۔  
التباس حواس کی مثالیں پیش کی جا چکی ہیں۔

## تنظیم کی نوعیت

بچ بات یہ ہے کہ اگرچہ تنظیم کاری کے عمل پر تقریباً ڈیڑھ سو دو  
سال سے تحقیق ہو رہی ہے۔ لیکن اب تک یہ نہیں معلوم ہو سکا  
کہ تنظیمی نیند کی نوعیت کیا ہے۔ ہیناٹرم کی ابتدا مسمریزم سے ہوئی تھی۔  
مسمریزم کا بنیادی نظریہ ہے کہ ہر جاندار کے جسم سے ایک پراسرار قوت  
(odoric) خارج ہوتی ہے۔ اور یہ قوت مریض کو بھلا چنگا کر دیتی ہے۔  
مسمریزم کرنے والا مختلف اشیاء و اجسام مثلاً مفاطیس اجزاء بلور اور پانی کو مسمرائز  
رہی اس پراسرار قوت کو ان اشیاء میں منتقل کر کے، شفا بخشی کے حیران انگیز  
کارنامے انجام دے سکتا ہے۔ بلاشبہ ہر اس قوت کے مختلف مظاہر کا مشاہدہ  
کیا جا چکا ہے۔ اور یہ بھی ثابت ہے کہ مسمریزم کے ذریعہ ہزار ہا مریضوں کو شفا  
بخشی جا چکی ہے۔ خصوصاً اعصابی امراض میں علاج بذریعہ مسمریزم کے  
کارنامے مشہور عالم ہیں۔ مسمریزم کا ایک ماہر محقق (ESDAILE) لکھتا  
ہے کہ :-

یہ بات یاد رکھ لینے کی مصدقہ ریسلیں موجود ہیں کہ ایک شخص کے

جسم سے قوت حیات کی جو شفا بخش لہریں خارج ہوتی ہیں۔ انہیں دوسرے آدمی کے جسم میں داخل کیا جاسکتا ہے۔ خدانے انسان کو حیرت انگیز صلاحیتیں بخشیں ہیں۔ جو صحت و شفا کی مکمل استعداد رکھتی ہیں۔ ایک صحت مند آدمی اپنی شفا بخش قوت سے دوسرے نا صحت مند اور کمزور آدمی کو تندرست کر سکتا ہے۔ اس کے صدمہ ثابت مل چکے ہیں۔ بعد ازاں اس نظریہ کو پس پشت ڈال دیا گیا کہ انسانی جسم اور دوسرے اجسام کی جیات بخش لہریں مریضوں کو شفا بخش سکتی ہیں۔ میناٹرم کی اصطلاح ڈاکٹر بریڈ کی ایجاد ہے۔ ڈاکٹر بریڈ کا بیان ہے کہ ہر انسان کی حالت (تنبہ نیند) کسی ایک نقطہ پر مکمل ارتکاز توجہ کے نتیجے میں پیدا ہوتی ہے۔ انسانی ذہن ایک نقطہ (تصور) سے اس طرح چپک کر رہ جاتا ہے۔ کہ دوسرے تمام تصورات ذہن سے نکل جاتے ہیں اور پھر وہ ایک تصور، انسان کے تمام اعصابی نظام پر حکمراں ہو جاتا ہے۔ ذرائع کے مماثلہ ماہر اعصاب (نیورالوجسٹ)، ڈاکٹر شار کوٹ کا اصرار ہے کہ ہر انسان ہسٹریا کی ایک بدلی ہوئی شکل ہے۔

## ہسٹریا اور ہرپ ناسنر

ہسٹریا کی خصوصیات بیان کرتے ہوئے مشہور معالج نفسیات ڈاکٹر جی اے اصغر اپنی خود نوشت سوانح حیات، "سرگزشت" میں لکھتے ہیں کہ (مضمون کا خلاصہ پیش کر رہا ہوں)

ہسٹریا میں ہر بیماری کی نقل پیش کی جاسکتی ہے۔ یہ نقل مریض کی سمجھ بوجھ اور اس بیماری کے بارے میں اس کے تجربات پر مبنی ہوتی ہے۔ مثال کے طور پر بے ہوشی کے دورے کو لے لیں۔ ایسے دورے ہمیشہ سے

عام تھے اور ہر مہر اور ہر دور میں اسکی شالیں ملتی ہیں۔ پہلے تمام دماغی دوسروں کو ہسٹریا کی طرف منسوب کیا جاتا تھا۔ مریض کام کرتے کرتے یا کھڑے کھڑے بیک بیک بیچ مارتا ہے۔ اور کوئی ایسی حرکت کرنا ہے کہ لوگ اسکی طرف متوجہ ہو جاتے ہیں پھر دھڑام سے فرش یا چارپائی پر گر جاتا ہے۔ جسم عجیب بے معنی اسی حرکتیں کرنے لگتا ہے۔ دانت سختی سے بھنج جاتے ہیں۔ منہ کھولنا مشکل ہو جاتا ہے۔ آنکھیں اتنی زور سے پھل جاتی ہیں کہ کھولنے کی تمام کوششیں رائیگاں جاتی ہیں۔ مریض ہلکے ہلکے پیکیں جھپکاتا ہے۔ بازو ٹانگیں بلکہ سارا جسم کڑی کی طرح اکڑ جاتا ہے۔ یا کبھی کبھی موم کی طرح نرم! کبھی کبھی مریض اس تکلیف دہ پوزیشن میں پہلوں پڑا رہتا ہوں۔ عام لوگ اس حالت کو غشی کا دورہ یا "پیکر" کہتے ہیں۔ پیکر کا مطلب یہ مریض کو کوئی بدروح یا جنات گرفت میں لئے ہوئے ہیں۔ اور اسے ہر مہرودہ حرکت پر مجبور کر رہے ہیں یعنی اول فل بکت، پڑے پھاڑنا، بال نوچنا سر کے بال بکھر کر جھومنا! غشی کی یہ حالت درحقیقت مرگی کے دورے کی نقل ہوتی ہے جس کی نوعیت مریض کے تجربے اور وقت کی مناسبت سے بدلتی رہتی ہے۔ گنوار عورتوں اور ان پڑھ مردوں میں یہ دماغی دورے آج بھی عام ہیں۔ البتہ شہریوں اور تعلیم یافتہ لوگوں میں یہ مرض اپنے رنگ ڈھنگ اور طور طریقہ بدلنا رہتا ہے ان کیفیات کو اپنے اوپر طاری کرنے میں مریض کی شخصیت، ضرورت وقت مرقع کی مناسبت اور لاشعور پس دبی ہوئی خواہشات کا بھی کافی دخل ہوتا ہے۔ اور خود مریض کا اپنا ارادہ اور مرضی بھی شامل ہوتی ہے۔ ان حالات میں بعض مریض سخت ترین ازبیتیں برداشت کرتے رہتے ہیں۔ ناکامیوں پر یہ واضح ہو سکے کہ مرض سنگین ہے اور مریض خود اس میں حصہ نہیں لے رہا۔

عشق کے عالم دوروں اور مرگی اور ہسٹریا کے دورے میں کافی مشابہت پائی جاتی ہے۔ مگر بعض نکات ذہن میں رکھے جاہیں۔ تو اس دورے کی تشخیص آسان ہو جاتی ہے۔ ہسٹریا کا دورہ اکثر مریض کے وقت کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس کے گرد و پیش کا جائزہ لیا جاتے تو پتہ چل جائے گا کہ یہ دورہ کیوں پڑا؟ اور اس دورہ کا گرد و پیش کے حالات سے کیا تعلق ہے؟ گو مریض اور اس کے رشتہ دار اس دورے کا تعلق اکثر ماحول سے نہیں قائم کرتے۔ گھر کے اندر یا ماحول میں کچھ ایسے حالات ہوتے ہیں۔ جو مریض کو نا پسند یا ناگوار ہوتے ہیں۔ مریض کی لاشعوری خواہش ہوتی ہے کہ وہ اپنی دشواریوں کی طرف رجحان پر وہ خود غالب آنے سے قاصر ہے، لوگوں کی توجہ مبذول کرتے۔ مریض خود اذیت سہہ کر دوسروں کو اذیت میں مبتلا کرنا چاہتا ہے۔ تاکہ اسے ذہنی سکون حاصل ہو جائے۔

ہسٹریا کا دورہ ایسے وقت پڑتا ہے جب مریض کو یہ امید ہوتی ہے کہ وہ زیادہ سے زیادہ لوگوں کی ہمدردیاں حاصل کر سکے گا۔ اور لطف یہ کہ جتنی زیادہ ہمدردیاں لوگوں کی حاصل ہوں گی۔ دورے کی شدت میں اتنا ہی زیادہ اضافہ ہوتا چلا جاتے گا۔ بیہوش مریض کے دانت پھینچ جاتے ہیں۔ اور بستی بند ہو جاتی ہے۔ آپ مریض کے دانت کھولنے کی جتنی کوشش کریں گے وہ اتنی ہی مضبوطی سے دانت بند کرنے پر اصرار کرے گا۔ اس طرح مریض پوری قوت سے دانت آہکیں کھولنے کی بھی مزاحمت کرے گا۔ نیز اکڑے ہوئے جسم کو سیدھا کرنے کی ہر کوشش کو ناکام بنا دیتا چلتا ہے گا۔ ہسٹریا کے دورے اور مرگی کے دورے میں فرق یہ ہے کہ ہسٹریا میں پیشاب خطا نہیں ہوتا اور گرنے سے چوٹ نہیں



مگتی۔ اور دانتوں میں آکر زبان نہیں کٹتی، ہسٹریا کا مریض بظاہر بڑی جان لیوا کشمکش میں مبتلا ہوتا ہے۔ مگر باطن وہ اس ڈرامے سے عجیب قسم کا سکون اور لذت محسوس کرتا ہے۔ ہسٹریا کا مریض مختلف معالجوں اور بہتر دواؤں کی بحث و گفتگو سننے کے بعد اپنی کیفیات دورہ میں مبتلا تبدیلیاں کرنا پسند کرتا ہے۔ اور اپنی کیفیتوں کا مظاہرہ کرتا ہے۔ جو اس دورے کے بارے میں سن چکا ہے۔ لیکن نفسی معالج نفل اور اصل کے فرق کا اندازہ کر لینا ہے۔ اور سمجھ جانا ہے کہ مریض کیا سوانگ رچا رہا ہے؟ اس قسم کے دورے شدید جذباتی ماحول میں پڑتے ہیں۔ اور ان کا سبب دلی، ہونی شدید جذباتی کشمکش ہوتی ہے۔ اس جذباتی کشمکش کا ڈرامائی اظہار ہسٹریا کے دورے کی شکل میں ہوتا ہے اصل بے ہوشی میں مریض کی آنکھ آسانی کے ساتھ کھل جاتی ہے۔ اور آنکھ کی تپیں دیکھنے سے بہتہ چل جاتا ہے کہ بے ہوشی کی کیفیت اصلی ہے یا نقلی! ہسٹریا کی بہت سی قسمیں اور شکلیں ہوتی ہیں۔ مثلاً ہسٹریا کے (جذباتی بحران) زیر اثر عارضی طور پر مریض کی بینائی زائل ہو جانا۔ یا گونگا ہو جانا۔ یا قلسی۔ ہسٹریا کے دورے میں جسم کے بعض حصے سن اور شل ہو جاتے ہیں۔ - (HYSTERICAL PARALYSIS) - اس سلسلے میں ڈاکٹر جی اے ایمر نے ایک دلچسپ کیس پیش کیا ہے۔ جس کا مطالعہ دُپسی سے خالی نہ ہوگا۔ لکھتے ہیں کہ:-

## چند قابل غور واقعات

۱۹۶۵ء کا ذکر ہے کہ سول اسپتال کراچی میں ایک پینتالیس سالہ عورت بھاری ڈیل ڈول کی داخل کی گئی وہ پچھلے چھ مہینے سے

اپنے پاؤں پر کھڑی نہ ہو سکتی تھیں اور روزمرہ کی ضروریات و حاجات بھی اس کی لڑکیوں کو کرانا پڑتی تھیں۔ انچارج ڈاکٹر اور میڈیکل طلبہ و طالبات نے مریضہ کے سائے جسم کا اچھی طرح معائنہ کیا۔ عام خیال یہ تھا کہ نثر مناک بیماری کے عمل یا ریڑھ کی ہڈی بیٹھ جانے سے اسکی دونوں ٹانگیں بالکل ناکارہ ہو گئی ہیں۔ مگر ایکس رے (XRAY) اور خون کے طبی معائنے سے اس حدیث کی تصدیق نہ ہو سکی۔ تب مریضہ کو میری طرف رجوع کیا گیا میں نے معائنہ کیا تو پتہ چلا کہ مریضہ کی ٹانگ کے پھوں میں ذرا بھی جان نہیں ہے۔ نہ قوت نہ حرارت! چھونے اور دبانے کا احساس بھی مفقود ہے۔ سُن اور شل حصے میں بن گھونپو تو اسے ذرا تکلیف نہیں ہوتی۔ آخر میں نے مریضہ کی سوشل ہسٹری، ذہنی و نفسیاتی سرگزشت، لینے پر زور دیا۔ پتہ چلا کہ اس کا میاں معمولی ڈاکیا ہے۔ اسکی سات بیٹیاں ہیں۔ ان میں بڑی کی عمر تیس سال اور چھوٹی کی عمر دس سال ہے۔ ان کا غم ہر وقت اسے کھائے جاتا تھا۔ ان میں دو بیٹیاں بے لگام بھی ہوتی جا رہی تھیں، جس کا ماں کو بے حد صدمہ تھا۔ جب میں نے دڈاکٹر اصغر بکھتے ہیں، اس موضوع پر مریضہ سے گفتگو کی تو وہ بے ساختہ رونے پٹینے اور چلانے لگی۔ اس نے اپنے غم اپنے اندیشے اور اپنی غریبیوں کی داستان کھل کر بیان کی۔ اسے متواتر تسلی دی گئی۔ سوشل ویلفیر ڈیپارٹمنٹ کے توسط سے دو لڑکیوں کو ملازمت دلوا دی گئی۔ اور لڑکیوں کے لئے مناسب رشوں کی تلاش کا وعدہ کیا تو وہ اگلے دن اس قابل ہو سکی کہ اپنے پاؤں چل کر غسل خانے جا سکے۔ میں نے اس موضوع پر طلبہ و طالبات کو لیکچر دیا۔ اور واضح کیا کہ ایسے سنگین معاملات میں ٹانگوں

سے کھڑے ہونے کی طاقت سلب ہو جاتی ہے۔ بقول مرزا غالب !  
 ہوتے ہیں پاؤں پہلے ہی نبرد عشق میں زخمی  
 نہ ٹہرا جاتے ہے مجھ سے نہ بھاگا جاتا ہے مجھ سے

اس مرض کی ایک قسم Hysterical Fugues بھی ہے اس کیفیت کے زیر اثر مریض اپنا تک اپنی شخصیت کو بدل لینا ہے۔ اور پھیلی زندگی کو فراموش کر کے، دور کہیں جا کر نیا طرز زندگی اختیار کر لینا ہے۔ اس کیفیت میں وہ اپنے بہن بھائیوں اور ماں باپ تک کو پہچاننے سے انکار کر دیتا ہے۔ پچھلے سال گرمیوں کے موسم میں مری کی ایک دوکان کتب فروش پر ایک اٹھارہ سالہ لڑکا تختہ دوکان پر سونپا ہوا پایا گیا۔ لڑکے کا لباس قیمتی مگر نہایت خستہ و بوسیدہ تھا۔ ایسا لگتا تھا کہ اسے نہلتے ہوئے ہینے گزر گئے ہیں۔ متواتر فاقہ کشی کے سبب وہ بہت نحیف و نزار نظر آ رہا تھا۔ مگر آخر انسانی ہمدردی غالب آئی اور لڑکے کے حالات جاننے کی کوشش کی گئی۔ مگر وہ کچھ بتانے سے قاصر تھا۔ ہر سوال کا ایک ہی جواب تھا کہ مجھے معلوم نہیں کہ اسے اپنا نام یا رتھا۔ نہ اپنے والدین کا نشان ! دوکاندار عجیب شش بےخ میں پڑ گیدا بہر حال اس نے لڑکے کے لئے نئے کپڑے بنوائیئے۔ اور دوکان پر چھوٹے موٹے کام پر لگا دیا۔ کام وہ بحیدر بھداری سے کرتا تھا۔ دوہینے بند کراچی کے لڑکوں کا ایک گروپ گھونٹا پھونٹا اسی کتب فروش کی دوکان پر پہنچ گیا۔ اس گروپ میں اس لڑکے کا ایک ہم جماعت بھی تھا۔ اس نے پہچان لیا۔ مگر یہ غائب دماغ شخص اپنے دوست کو نہ پہچان سکا۔ اور کراچی سے اپنی کمی و بستی کا اقرار نہ کیا اس کے دوست نے فوراً بذریعہ نار کراچی اطلاع دی۔ تیسرے روز گذرہ

لڑکے کا بھائی مری پہنچ گیا۔ مگر لڑکے نے اسے بھی نہ پہچانا۔ بہر حال دوکاندار نے لڑکے کو اس کے بھائی کے سپرد کر دیا اور وہ اسے کراچی لے آیا مگر لڑکے کی یادداشت اب تک غائب تھی۔ گھر میں ایک مہینہ رہنے کے باوجود لڑکے کا حافظہ بحال نہ ہوا۔ اور وہ بدستور گھر والوں سے اجنبی بنا رہا۔ آخر اس کے گھر والے مجھ سے رجوع ہوئے۔ اسکی ذہنی سرگزشت یہ ہے باپ بہت معروف کاروباری آدمی ہے۔ نہایت گرم مزاج اور سخاوت پرور لڑکے کی مال ان دو بھائیوں اور ایک بہن کو چھوڑ کر فوت ہو گئی تھی، اس کی پرورش بڑی بہن نے کی، پہلی بیوی کے فوت ہو جانے کے بعد باپ نے دوسری شادی کر لی۔ بظاہر گھر کا ماحول ٹھیک تھا مگر درحقیقت اس ظاہری طوفان کے پیچھے محرومی، مایوسی، اور بے تعلقی کے سمندر کروٹیں لے رہے تھے۔ نہ آپس میں محبت تھی نہ سکون میسر تھا۔ باپ صرف خرچ کے معاملے میں فرخ دل تھا۔ باقی معاملات میں نہایت سخت، خطا کسی کی ہو سزا سب کو بھگتنی پڑتی تھی۔ یہ لڑکا دوستوں کے ساتھ گھومنے پھرنے حیدر آباد گیا تھا۔ وہاں ان سے بچھڑ گیا اور مری میں پایا گیا، کہیں کھویا کہیں پایا گیا ہوں۔ اسپتال کے عملے نے پوئے جتن کر لئے۔ مگر اس نے کچھ بنا کر نہ دیا۔ ایسا معلوم ہوتا تھا کہ اس کے حافظے پر نالے پڑے ہوئے ہیں۔ وہ ہر کام آٹومٹیک طریقے پر کرتا تھا۔ کھانا، پینا، اٹھنا بیٹھنا، چلنا، پھرنا، یہ سب کام خود کار طریقہ پر انجام پا جاتے تھے۔ اس کے تمام جذبات سرد پڑ چکے تھے۔ اور اس کے ذہن میں کوئی تحریک پیدا نہ ہوتی تھی۔ بھائی سے معلوم ہوا کہ اسے بہن سے بہت جذباتی لگاؤ تھا۔ جب بہن کی شادی ہوئی تو وہ اس کے وداع کے وقت بلک بلک کر رویا تھا۔ "مار کو تھراپی میں جب

اسکو بہن کی یاد دلائی گئی اور ان تمام واقعات کے حوالے دیتے گئے تو وہ چونک پڑا۔ بہن کا فوٹو دکھایا گیا تو وہ بے اختیار رونے لگا۔ بہن کو نار دے کر بلوایا گیا۔ بہن کی موجودگی میں اس کا حافظہ ابھرا۔ اور مہنی کی یادداشتیں ایک ایک کر کے روشن ہونے لگیں اور وہ تھوڑے ہی دن میں ذہنی طور پر صحت مند ہو گیا۔ داکٹر جی اے اصغر کا بیان ہے کہ شہری اور فوجی اسپتالوں میں ایسے متعدد کہیں میری نظر سے گزر چکے ہیں،

## خواب خرابی

ہسٹریا کے زیر اثر پرانی شخصیت کو قطعاً بھول جانے اور نئی شخصیت کے برکتے کا رَاج کرنے کو "ہسٹریکل فیوگ" کہتے ہیں اس کی ایک خاص قسم ہے "خواب خرابی" (SOB NAMBULISM) یعنی سوتے میں چلنا! اس کیفیت کے زیر اثر مریض سونے میں چلتا پھرتا، کام کاج کرنا۔ اور پھر اگر بستر پر غافل ہو جاتا ہے۔ جاگنے پر اسے یاد بھی نہیں رہتا کہ وہ سوتے میں کیا کیا کارنامے انجام دے چکا ہے۔ ذرا سے مراتبِ خواب کے بہہ زبیداریت، اس کی نغباتی تشریح یہ ہے کہ لاشعور کا ایک حصہ شعور سے کٹ کر آزادانہ عمل کرنے لگتا ہے۔ اور شعور وقتی طور پر زائل ہو جاتا ہے۔ لاشعور کی دبی ہوئی جذباتی تحریک جس قدر پر زور ہو گی۔ شعور اسکی مقاومت اتنی ہی کم کرے گا۔ اور جب مقاومت کا بالکل ہی امکان نہ رہے گا۔ تو ہتھیار ڈال دے گا۔ شعور کی اس سپر اندازی کے نتیجے میں نئی شخصیت وجود میں آجاتی ہے جس پر لاشعور کی مکمل گرفت ہوتی ہے اس قسم کے اقدامات کی چھوٹی موٹی مثالیں روزانہ کی علمی زندگی میں بھی

ملتی ہیں۔ مثلاً ماں کے ذہن میں یہ بات بیٹھی ہوتی ہے۔ کہ بچہ جب روتے گا تو وہ جاگ جائے گی۔ چنانچہ ایسا ہی ہوتا ہے۔ ورنہ لوگ کتنا ہی شور مچاتے جاہٹیں۔ ماں پڑی خراٹے لہتی رہتی ہے۔ البتہ بچے کے ذرا کلبلانے اور روتے پر جاگ جاتی ہے۔ اکثر لوگ اپنے لاشعور کو تربیت دے کر اس قسم کے کاموں پر قادر ہو سکتے ہیں۔ اس کا مجھے ذاتی تجربہ ہے۔ اگر ہر رات کو سونے سے پہلے تین مرتبہ اپنے آپ سے کہیں کہ میں دوزخ کو بچاؤں منٹ پر جاگنا چاہتا ہوں۔ تو لامحالہ تین بجنے میں دس منٹ باقی ہوں گے کہ میری آنکھ کھل جائے گی۔

### تنبہم اور شجہہ بازی

ڈاکٹر جی اے اصغر نے ہسٹریا کی کیفیات اور مظاہر مثلاً دماغی دوسرے میں، بنیاتی زائل ہو جانا۔ گونگا ہو جانا۔ پورے جسم یا کسی حصہ جسم کا شل ہو جانا۔ اپنی اصلی شخصیت کو فراموش کر کے کسی دوسری شخصیت کا روپ دھار لینا۔ سوتے میں چلنا مختلف کام کرنا اور بیداری کے بعد اس سرگزشت کو فراموش کر دینا! ہسٹریا کے یہ تمام مظاہر درحقیقت ایک طرح تنوہی مظاہر ہیں، تنوہی کیفیت ہیں۔ معمول بھی ترغیب پذیری کے سبب ان تمام کیفیوں کا مظاہرہ کر سکتا ہے۔ اور کرنا ہے۔ وہ ترغیب و تلقین کے سبب اندھا، گونگا اور بہرا ہو جاتا ہے۔ اس کا تمام جسم اکڑ جاتا ہے۔ عامل کے ہدایت یا اپنی ترغیب سے نصف حصہ جسم متحرک اور نصف حصہ جسم شل ہو سکتا ہے۔ الغرض تنوہی ترغیبات سے آپ معمول کو اس طرح استعمال کر چکے ہیں جس طرح شاعر اپنے مہرؤں اور کہار اپنے خاک کے طور پر استعمال کرتے ہیں۔

گفتگو کرنا ہے۔ اور گفتگو کے دوران بعض مخصوص الفاظ استعمال کرنا ہے معمول کو ان الفاظ کا مطلب پہلے ہی سے معلوم ہونا ہے۔ اصل میں ان کے یہاں نوٹوں کے نمبروں اور سکوں کے سن بتانے کے لئے الگ الگ الفاظ مقرر ہیں۔ مثلاً لفظ پوچھو سے مراد ہے، ایک (۲) صاف سے مراد ہر دو (۳) بیٹل سے مراد ہے، تین نمبر (۴) بھیا سے مراد ہے چار، (۵) سوچ کے پانچ (۶) لڑکے کے چھ (۷) نیچے سات (۸) اوپر آٹھ (۹) مٹھی کے نو نمبر (۱۰) فوراً کس (۱۱) پھر سے مراد صفر، اسی طرح لفظ ہربان سے مراد ہے بیس (۱۲) غور سے تیس (۱۳) جلدی سے مراد ہے چالیس (۱۴) ٹٹاٹ پندرہ (۱۵) بولو سے ۶۰ (۱۶) بولو بولو سے ستر (۱۷) رکوت سے آتی (۱۸) گھرانہ نہیں سے نوے اور بولو صاحب سے ایک سو، اب اسکی مثال ملاحظہ ہو۔ عامل نے آپ کے نوٹ کا نمبر دیکھا (خاموشی سے) نمبر ہے تین سو چالیس! تو عامل معمول سے کہے گا کہ بیٹا، بھیا، پھر بتاؤ کہ ان صاحب کے نوٹ کا نمبر کیا ہے۔ معمول فوراً سمجھ لے گا کہ بیٹا کا مطلب ہے کہ تین۔ بھیا کا مطلب ہے چار اور پھر سے مراد ہے۔ صفر، وہ جھٹ سے جواب دے گا کہ ان صاحب کے نوٹ کا نمبر ہے تین سو چالیس! لوگ یہ جواب سن کر حیران رہ جائیں گے۔ اور بعض دل ہی دل میں عامل کے روحانیت کے قائل ہو جائیں گے۔ اب دوسری مثالیں۔ فرض کریں کہ آپ کے نوٹ کا نمبر ہے پچتر لاکھ ٹینتالیس ہزار چار سو اکٹو! تو عامل نام نہاد معمول اور خود آپ سے اس طرح باتیں کرے گا۔

نیچے اس نوٹ کا نمبر ٹپھو، یا نیچے بیٹھا جاؤ، اس کے بعد کہے گا، سوچ کے بھیا اس نوٹ کا نمبر معلوم کرو۔ پھر کہے گا۔ بیٹا اس نوٹ کا

کا مایاب ہو جاتے ہیں۔

## انکشاف راز

میں نے ان بیٹروں کا راز معلوم کرنے کے لئے دو سال محنت کی ہے اور آج مجھے خوشی ہے کہ ان لوگوں کے ہتھکنڈوں کا انکشاف کر کے عوام کو ان کی لوٹ سے بچنے کا موثرہ فے رہا ہوں۔ واضح ہے کہ ان نام نہاد ہینیا سٹوں کے گردہ اتنے منظم ہیں کہ ان سے کچھ اگلوںا سہل نہیں، جو لوگ ان کے شاگرد بنتے ہیں۔ انہیں بھی کافی رقم بٹورنے اور حلف اٹھوانے کے بعد یہ گرسکھاتے جلتے ہیں۔ اور انکشاف راز کی صورت میں خطرناک عواقب کی دھمکیاں دی جاتی ہیں جب کہ امر واقعہ یہ ہے کہ یہ سمریزم اور ہینیا سٹزم محض دھوکہ اور الفاظ و اعداد کا چکر ہے۔ دوسرے معنی میں مکمل چار سو بیس دیتے ہیں دھوکہ یہ باز بچر کھلا، یاد رکھیں کہ اگر عامل آپکے نوٹ کا نمبر دیکھ لے گا تو معمول بھی یہ نمبر بتائے گا اگر آپ چیک سے اپنا نام عامل تنزیہم کو بتا دیں گے تو معمول بھی یہ نام بتائے گا۔ اور آپ جو کچھ عامل سے پوشیدہ رکھیں گے وہ معمول سے بھی پوشیدہ ہے گا۔ اس لئے یہ سب فریب کاری ہے۔ کوئی جائزہ وغیرہ نہیں ہے۔ محض حقیقت یہ ہے کہ ان لوگوں کی ایک خفیہ زبان رکورڈ درڈس، ہیں۔ عامل اور معمول دونوں اس زبان یعنی خفیہ اشارات سے واقف ہوتے ہیں۔ عامل معمول سے سوال کرتا ہے۔ اور اسی سوال میں خود جواب بھی بنتی ہوتا ہے۔ سادہ لوح ان کو ماہر روحانیت سمجھ کر ان کے دام آجاتے اور دن رات لٹ جاتے ہیں!

کرنسی نوٹوں کے نمبر بتانے کے لئے عامل متذکرہ بالا خفیہ زبان میں



چونکہ صدیوں سے ہم لوگ علم و تحقیق سے بے بہرہ ہیں۔ اور نفس انسانی کے عجائبات کا مطالعہ صرف ادہم کے نقطہ نظر سے کرتے ہیں۔ بنا بریں پاکستان میں اب تک تنزیم کاری کو جادوگری کا ایک شعبہ اور شعبہ بازی کا ایک شاخاںہ سمجھا جاتا ہے۔ یقیناً امریکہ اور یورپ میں بھی انٹری میناٹٹ اور شعبہ بازی تنزیم کار ہیں۔ لیکن مشرقی ممالک میں تو ہیناٹرم کا تصور سحر کاری اور نظر بندی کے بغیر کیا ہی نہیں جاسکتا۔ میں نے خود کراچی کی سڑکوں پر بہت سے شعبہ گروں کو دیکھا ہے۔ جو ہیناٹرم کے نام پر عجیب عجیب فراڈ اور فریب کرتے ہیں ان کا تنزیم کاری سے کوئی تعلق نہیں ہوتا وہ محض عاروسیس اور عیاری ہوتی ہے۔ بشخو پورہ کے چودھری عبدالرب غیرت بٹھکے ہیں کہ

فقط دھوکہ ہی ساری عامل و معمول کی باتیں

مختلف علاقوں میں ایسے لوگوں کے منظم گروہ موجود ہیں۔ جو سڑکوں یا پٹرلوں یا جھلوں اور دوسری تقیہوں میں اپنی جادو بیانی دیکھ کر جب بیانی کہتا زیادہ مناسب ہوگا، کے ذریعے راہ چلتے لوگوں کو اکٹھا کر لیتے ہیں اور ایک لڑکے کو زمین پر لٹا کر اور اس پر کپڑا ڈال کر یہ ظاہر کرتے ہیں کہ "لڑکے کو سمریزم یا ہیناٹرم کے ذریعے بیہوش کر دیا گیا ہے۔" اس کے بعد اپنے کو عامل اور اسے معمول قرار دے کر معمول سے سوالات دریافت کرنا شروع کر دیتے ہیں۔ دیکھنے والوں کو بتایا جاتا ہے کہ معمول سمریزم کی کیا بات ہے۔ اس میں جواب دے رہا ہے۔ اس طرح وہ نہ صرف شائقین سے سوالات نہیں پوچھ کر آمدن بناتے ہیں۔ بلکہ ان پر نفسیاتی اور اپنی سادہ دلیلیں پیش کر کے اس کو گھبراہٹ میں ڈال دیتے ہیں۔



جو پوچھوں گا بناؤ گے؟

بناؤں گا

تو پوچھنا ہوں کہ اس صاف گھڑی کا وقت معلوم کر بھیا پھر!

معمول فوراً جواب دے گا کہ بارہ بج کر چالیس منٹ!

اس لئے کہ پوچھنا ہوں گا مطلب ہے ایک، صاف کا مطلب

ہے، دو بھیا کا مطلب ہے چار اور پھر کا مطلب ہے، صفر، اسی طرح

سکون کے متعلق بھی لفظوں کے خفیہ مفہوم ہیں۔ آپ نے دیکھا ہو گا کہ بعض

اوقات عامل آپ کے ہاتھ میں کوئی سکے دیکھ لے تو معمول اسے فوراً بنا دیا

ہے کہ (کتنی ہے۔ دونی ہے، چونی ہے یاڑ پیہ! اس لئے بھی چند اشارے

مقرر ہیں۔ یہ سے مراد ہے پیہ، اور سے مراد ہے اکٹی، بھلا سے مراد ہے

دونی، بولو سے مراد ہے چونی، بوبو بولو سے مراد ہے اٹھنی، بولو صاحب کا

مفہوم ہے رُ پیہ اور فوراً کا نوٹ، اس قسم کے شعبہ بازوں نے حقیقت

سینا ٹرغم کو بدنام کر دیا ہے۔ حالانکہ "مید ہکل سائنس" یعنی

طبی تعلیم کا ایک مسلمہ اور تصدیق شدہ شعبہ ہے۔ اور ترقی یافتہ ملکوں میں مریض

پر تو بھی نیت طاری کر کے سنگین سے سنگین جسمانی آپریشن کئے جاتے ہیں

اور تنویری تعینات کے ذریعہ عام جسمانی اعصابی اور ذہنی امراض کا اعلان

تو ایک ناقابل تردید حقیقت ہے۔

نامہ عظیم شیخ رلاہوسا اپنے مکتوب مورخہ ۲۰ اکتوبر ۱۹۳۷ء میں

لکھتے ہیں کہ:-

میری عمر اس وقت ٹھیک اڑنچاس سال کی ہے۔ آج سے تقریباً

۳۵ سال قبل جب کہ عمر تقریباً چودہ سال کی تھی۔ مجھے کچھ رسائل مثلاً

”طائرِ مرغ کی پرواز“ وغیرہ پڑھنے کا اتفاق ہوا۔ میرے والد ہینا ٹرم اور سمرنم میں کافی مہارت رکھتے تھے۔ اگرچہ وہ یہ عمل (ریپریٹیشن) بہت چپ کر کرتے تھے۔ وہ کمرے کے تمام دروازے بند کر کے اندر بیٹھ جاتے۔ اور حکم دیتے کہ گھر میں کہی قسم کا شور نہ ہو۔ نہ کوئی ان کے کمرے کے قریب آئے۔ اس صورت میں خواہ مخواہ تجسس پیدا ہونا کہ آخر والد صاحب کمرے میں کیا کرتے ہیں۔ میں دروازے کے شگاف میں سے جھانکنا تو دیکھنا کہ وہ ایک سیاہ نشان پر نظریں جمائے لے تک ہے، میں چند روز بعد دیکھا کہ والد صاحب نشانِ سیاہ کو تک لے رہے ہیں۔ مگر فقط توجہ (سیاہ نشان) پر توجہ مرکوز نہیں ہوتی۔ وہ بار بار اٹھتے کمرے میں بیٹھے گہرے گہرے سانس لیتے اور پھر سیاہ نشان پر نظریں جماتے، میں خود حیران تھا کہ ان کی اس بے چینی اور اضطراب کا سبب کیا ہے؟ کبھی کبھی وہ اس دروازے کی طرف نظر اٹھا کر دیکھ لیتے تھے۔ جس کے شگاف سے میں ان کا تماشا کر رہا تھا۔ آخر ایک بار اٹھ کر انہوں نے دروازہ کھولا، لیکن اس اثنا میں بندہ وہاں سے فرار ہو چکا تھا۔ والد صاحب نے دروازہ کھولا تو کسی گونہ پایا۔ تو وہ پھر دروازہ بند کر کے ارتکازِ توجہ میں مشغول ہو گئے۔ قریباً ایک گھنٹے کے بعد ایسا محسوس ہوا۔ جیسے مجھے کوئی زبردستی کھینچ کر اس کمرے کی طرف لے جا رہا ہے۔ کشان کشان میں ادھر چل پڑا۔ جو نہی کمرے کے سامنے پہونچا، دروازہ کھل گیا اور قبلہ والد صاحب برآمد ہوئے وہ مجھے کھینچ کر اندر لے گئے۔ ان کی آنکھیں سرخ تھیں اور لال رنگ کی شعاعیں ان سے نکل رہی تھیں۔ کچھ دیر ٹھکنے کے بعد وہ مجھے گھولتے رہے۔ اور فرمایا کہ میں آج تو تمہیں چھوڑنا ہوں، آئندہ کبھی اندر جھانکنے کی کوشش نہ کرنا، ورنہ تمہاری آنکھیں نکال لوں گا۔

غیر میں اس تجارت سے باز آ گیا۔ البتہ طبیعت میں تجسس رہا کہ آخر والد صاحب کو کیسے پتہ چلا کہ ہن چوری چھپے انہیں تاکنا جھانکنا ہوں اور پھر وہ کون سی طاقت ہے۔ جو مجھے کھینچ کر والد صاحب کے پاس لے گئی۔ والد صاحب قبلہ کے پاس کتابوں کا بہت بڑا ذخیرہ تھا۔ زیادہ کتا ہیں تصوف کے بارے میں تھیں۔ میں گاہ گاہ ان کتابوں کی تلاشیں لینا رہتا۔ اپنی کتابوں میں مجھے ”طائر روح کی پرواز“ رسائل ملے۔ میں نے ان رسالوں کا غور سے مطالعہ کیا۔ اور رفتہ رفتہ یہ حقیقت مجھ پر منکشف ہو گئی کہ وہ کون سی ناریدہ طاقت تھی جو مجھے پھر ان کے سامنے لے گئی۔ مندرجہ بالا رسائل ایک سیکھ بزرگ کے لکھے ہوئے تھے۔ مجھے یاد پڑتا ہے کہ ان کتابوں میں حاجی آیات قرآنی کا حوالہ بھی دیا گیا تھا۔ یہ سیکھ بزرگوار مسمریزم، ہیناٹزم اور سٹیٹسمنی کے ماہر اور زبردست عامل تھے۔ ان سے لوگوں کو سجدہ فیض پہنچا تھا۔ امراض کہنے کا شافی علاج عادات بد کو ترک کرانا اور کسی خاص امر کی طرف کسی کی توجہ مبذول کر دینا ان کے معمولی کمالات تھے۔ ان کا طریق علاج یا اصول ترغیب دہی یہ تھا کہ خط و کتابت کے ذریعہ کسی خاص مریض سے وہ کوئی وقت مقرر کر لیتے تھے۔ اور مریض یا معمول کو ہدایت کرتے کہ وہ اس مقررہ وقت پر تنہا جگہ بیٹھ جاتے۔ دماغ کو پرسکون کر لے۔ اور بار بار ان بزرگ (سیکھ) کے نام کی جاپ کرے یعنی ان کا نام دہراتے۔ اس عمل سے معمول پر غنودگی طاری ہو جاتی۔ اور پھر بزرگ اپنے صحت بخش خیال کی لہر میں معمول کی طرف بھیجتے۔ معمول کا تصور کر کے یہ خیال کرتے کہ وہ صحت یاب اور بھلا چنگا ہوتا ہے، اور آخر کار وہ معمول صحت یاب ہو جاتا۔

میں نے خود بھی نو عمری کے زمانے میں ہیناٹزم کی پریکٹس کی ہے اور

اور بہت سی طاقتوں کے علاوہ مجھ میں یہ طاقت بھی پیدا ہوگئی تھی کہ ہر  
 کسی پرندہ مثلاً چڑیا یا مرغی کے گرد انگلی سے دائرہ کھینچ دینا کہ اسے  
 پرندے! تو میرے قبضے میں ہے اور میں نے جو دائرہ بڑے گرد کھینچا، وہ  
 تو اس سے باہر نہیں جاسکتا۔ یہ میرا حکم ہے اور یہ حکم تجھے بہر حال ماننا  
 پڑے گا۔ میں نے تیری طاقت پرواز سلب کر لی ہے۔ جب تک میں تیری  
 طاقت پرواز بحال نہ کروں تو پر تک نہیں پھر پھڑا سکتا۔ رہیں صاحب! یقیناً  
 سمجھتے ہو کہ اس حکم کی تعمیل کرتے۔ وہ دائرے میں بے حس و حرکت  
 محصور ہو کر رہ جاتے۔ اور جب میں قوتِ ارادہ کو برستے کار لا کر حکم دینا کہ  
 اب تم آزاد ہو تو وہ پھر سے اڑ جاتے۔

نامر عظیم شیخ نے جو واقعات بیان کئے ہیں وہ تینوں ٹیلی پتھی کا  
 کرشمہ ہیں۔ (۱) کشاں کشاں کسی نادیدہ طاقت کے زیر اثر والد صاحب کے کمرے  
 کی طرف چلا جانا۔ (۲) سکھ بزرگ کا طریق علاج یعنی اپنے خیال کی صحت بخش  
 لہریں مریض کی طرف بھیج کر اسے شفایابی کی ترغیبات یا احکام دینا۔ اور مریض  
 کا متاثر ہو جانا۔ (۳) کسی پرندے کو حکم دینا کہ میں نے تمہاری قوتِ پرواز  
 سلب کر لی ہے۔ اور اب جب تک میں تمہیں آزاد نہ کروں گا۔ تم پر تک  
 نہیں پھر پھڑا سکتے۔ اور پرندے کا اپنے مقام پر دم بخود ہو جانا، اس آخری  
 مثال سے اندازہ ہو سکتا ہے کہ پرندوں اور انسانوں کے درمیان بھی دماغی رابطہ  
 قائم ہو سکتا ہے۔ یہی نہیں بلکہ درختوں اور انسانوں کے مابین بھی ٹیلی  
 پتھی رابطے استوار کئے جاسکتے ہیں۔

ٹیلی پتھی

میں نے عرض کیا تھا کہ ان خارق العادات مظاہر ٹیلی میٹریکسٹ  
 روشن ضمیری، اور تنویم، پر سائنسی تحقیقات صرف ترقی یافتہ ملکوں میں ہو  
 رہی ہے۔ اور ہم آج بھی اوہام و قیاسات کے اندھیروں میں بھٹک رہے  
 ہیں۔ مغربی محققین نے اس موضوع (ٹیلی میٹریکسٹ) پر پچھلے ایک سو برس میں  
 جو تحقیقات کی ہیں۔ ان سے ثابت ہو گیا ہے۔ کہ دو ذہن، کسی جسمانی رابطہ  
 کے بغیر ایک دوسرے سے بذریعہ خیال و تصور پورے اور وابستہ ہو سکتے ہیں  
 ایف، ڈبلیو، ایچ مارٹن نے بالبدن نفسیات کے مختلف شعبوں پر جو تحقیقات  
 کی ہیں۔ ان کا بیوث انگلستان کے مشہور علمی ادارے "سوسائٹی فار وی  
 سائیٹیکل ریسرچ (S.P.R) کے جرنلز مطبوعات و رسائل سے مل سکتا  
 ہے۔ ڈاکٹر مارٹن نے ٹیلی میٹریکسٹ کے تجربات سائنسی تجربہ گاہوں ریلیاٹریوا  
 میں کئے ہیں۔ اور ان تجربات کے نتیجے میں ٹیلی میٹریکسٹ کو بطور ایک سائنسی  
 حقیقت کے تسلیم کر لیا گیا ہے۔ یہی نہیں، بلکہ ہر شخص کو اپنی زندگی کے کسی  
 نہ کسی مرحلہ پر کسی نہ کسی حد تک یہ تجربہ ضرور ہوا ہو گا کہ اس کا دماغی رابطہ  
 کسی شخص سے قائم ہو گیا ہے۔ چاہے چند کہے کہ نہ ہی سہی! ناہم آج  
 تک کوئی شخص یہ نہیں بتا سکتا کہ ٹیلی میٹریکسٹ کیا ہے اور کسی وسیلہ مادی یا  
 خواص خمسہ کے توسط کے بغیر ایک ذہن کس طرح دوسرے ذہن تک اپنے  
 خیال کی لہریں اور تاثرات کی امواج پہنچا سکتا ہے۔ البتہ یہ بتایا جا  
 سکتا ہے کہ ٹیلی میٹریکسٹ کیا نہیں ہے۔ مثلاً ہم یہ جانتے ہیں کہ وہ مادی  
 طاقت کی کوئی قسم مثلاً تابکاری (RADIATION) نہیں ہے۔ مثلاً ریڈیو  
 یہ تمام لہریں حرکت معلوم قوانین کے تحت عمل کرتی ہیں۔ لیکن ڈاکٹر ایس جی  
 سول کے الفاظ میں ٹیلی میٹریکسٹ رابطے میں فاصلہ مائل نہیں ہوتا۔

ان ڈاکٹر صاحب نے ٹیلی میٹری کے سلسلے میں بہت سے تجربات کئے ہیں۔ اور اس موضوع پر بلند پایہ مضامین لکھے ہیں۔ وہ کہتے ہیں کہ دوزخوں کے درمیان بعد مسافت کا سوال ہی پیدا نہیں ہوتا۔ بلکہ کائنات کے تمام ذہن ایک کائناتی ذہن سے تعلق رکھتے ہیں۔ اور ایک ذہن سے جو تصور گزر رہا ہے وہ آگائنا تمام ذہنوں کو متاثر کر سکتا ہے۔ کیونکہ یہ تمام شایض ایک ہی جڑ سے پیوستہ ہیں۔ اور وہ جڑ ہے شعور مطلق، جو کائنات کی اصل و اساس ہے۔ میں نے عرض کیا تھا کہ صرف انسانوں ہی کے درمیان ٹیلی میٹری رابطہ قائم نہیں ہوتا۔ حیوانوں اور آدمیوں کے درمیان بھی یہی رشتہ برقرار ہے بلکہ ایک قدم آگے بڑھے انسان و درخت بھی انہما و تفہیم کے ایک باطنی رشتہ میں پڑتے ہوئے ہیں۔ مہرہ سریشیا لوجٹ (عالم علمانیات و سماجیات) ڈاکٹر جی ایم نہکری (بنگلور ۴-۱۰-۱۰) ماڈرن کالونی رقمطراز ہیں کہ

## نئی سائنس

ایک بات روز بروز واضح ہوتی چلی جا رہی ہے یہ کہ کل کے بہت بہت سے دائرے آج کی ایسی سائنسی حقیقتوں کا روپ دھار چکے ہیں جن کا تجربہ کیا جا چکا ہے۔ اور جنہیں متواتر علمی تجربات سے ثابت کیا جا سکتا ہے مثلاً یہ بات کہ پودوں میں شعور موجود ہے۔ یعنی درخت سنتے ہیں، سمجھتے ہیں۔ محسوس کرتے ہیں اور بولتے ہیں ایک ایسی زبان میں جو الفاظ کی محتاج نہیں۔

اے گوشِ وقت! سن کہ ادا کر رہا ہوں میں  
وہ لفظ جس کے حرفِ خاموش ہو گئے



پھلے زمانے میں گھاؤں کی پختائیت ملزم کو ہدایت کرتی تھیں کہ اگر وہ سچا ہے تو فلاں درخت کے نیچے کھڑے ہو کر اپنی بے گناہی کی قسم کھالے قسم کھانے والے کو حرارت نہ ہوتی تھی کہ وہ درخت کے سامنے جھوٹ بول سکے۔ اسے یقین تھا کہ پٹر اس کے جھوٹ پر سح میں نمیز کر لے گا۔ کل تک ہم اس پختائی فیصلے کو دیہاتوں کا واہمہ سمجھ کر نظر انداز کر دیتے تھے۔ لیکن اگر آج جھوٹ پکڑنے والے آلے (رلائی ڈکٹیٹر) کو آپ (PSYIC GALVANIC REFLEX MACHINE)

کے ساتھ کسی درخت سے منسلک کر کے جھوٹ بولنے کا ارادہ کریں تو درخت فوراً اپنا رد عمل ظاہر کرے گا۔ اور ریکارڈ کرانے گا کہ تم جھوٹ بول رہے ہو۔ یہ واہمہ کہ درخت سمجھتے، محسوس کرتے، اور انسانی پیام وصول کر کے اس کے جواب دیتے ہیں۔ ایک تسلیم شدہ سائنسی حقیقت میں کس طرح تبدیل ہوا؟ یہ کہانی بہت عجیب و غریب ہے۔ امریکی ایک شخص BECKSTER نامی بولائی ڈکٹیٹر آپریٹر (جھوٹ کو پکڑنے والا آلہ) کے ماہر کی حیثیت سے ممتاز ہے اور اس کا کام یہ ہے کہ اس آلے کے ذریعہ زیرِ نقیض مجرموں کا جھوٹ سچ معلوم کرے۔ ایک روز اسے خیال آیا کہ کہوں نہ اس آلے کو کسی درخت کے ساتھ نہتی کر کے اس کے رد عمل کا اندازہ لگایا جائے۔ بکسٹر نے اپنے باقی گراف کے ٹار کو 'رلائی ڈکٹیٹر کے سامنے لگے ہوئے ایک پوسے سے نہتی کر دیا اور تجربے کے طور پر سوچا کہ اس پوسے کو جلا دیا جائے۔ فوراً آلے کا پوائنٹر حرکت کرنے لگا یعنی پوسے نے فوراً محسوس کر لیا کہ بکسٹر کیا سوچ رہا ہے۔ انسان نورخت کے درمیان ٹیلی بیٹی کی واضح مثال) بکسٹر کو شبہ ہوا کہ شاید شین میں کوئی خرابی ہے۔ نہیں کوئی خرابی نہیں تھی شین کو چیک

کیا گیا۔ صحیح طرح کام کر رہی تھی۔ دوبارہ پھر اس نے خیال کیا کہ پورے کو  
جلاد بنا چاہیے۔ ایک مرتبہ پھر پوائنٹر کی سوئی حرکت کرنے لگی۔ اس تجربہ کے  
ساتھ ایک نئی سائینس وجود میں آ گئی۔ (یعنی پودوں اور انسانوں کے  
درمیان رابطہ بذریعہ خیال) اس سے ۷ ہندوستان کے مایہ ناز ساتنہاں  
سر جگدیش چندر بوس نے آلات کے ذریعہ اس امر کا ثبوت بہم پہنچا کر دنیا  
کو حیران کر دیا تھا کہ پیڑ اور پورے احساسات سے محروم نہیں ہیں۔ اگر آپ ان کی  
جڑوں میں شراب چھڑک دیں۔ تو ان پر بدستی طاری ہو جاتی ہے۔ اگر ان کے  
پتے لڑھکیں تو وہ درد اور کرب محسوس کرتے ہیں۔ یہی نہیں بلکہ ان لوگوں  
اور حیوانوں کی طرح وہ سوتے بھی ہیں۔ جاگتے بھی ہیں۔ مگر بکسٹر کی تحقیق ایک  
قدم آگے ہے۔ بکسٹر نے سائینس طرہ پر تجربہ کرادیا ہے کہ پورے درختوں کے  
خیالات و جذبات پڑھ لیتے ہیں۔ صرف اس پر اکتفا نہیں، بکسٹر اور اس کے  
رفقاء تحقیق نے آلات اور تجربات کی مدد سے اس امر کے ثبوت بہم پہنچا  
دیے کہ درخت کتنے ہی فاصلے پر کیوں نہ ہوں وہ اپنے سے تعلق رکھنے والے  
لوگوں کے خیالات و جذبات سے آگاہ ہو جاتے ہیں۔ ڈاکٹر بنگلور جی ایم  
مہر کی مزید سمجھتے ہیں کہ اگر میں آپ بنگلور آیا امر ہے میں لگے ہوتے کسی  
درخت کو یاد کریں گے۔ یا بیمار ہوں گے۔ یا کسی خوش کن واقعے یا دلخراش  
سننے سے دوچار ہوں گے تو درخت ان تمام کیفیات مسرت و غم کو محسوس  
کرے گا۔ جن سے آپ دوچار اور آپ کا قلب متاثر ہے۔ اگر آپ کی قلبی  
کیفیت خوش کن ہے تو درخت خوش محسوس کرے گا۔ اور غم ناک ہے تو درخت  
کے پتے میں غم کی ہر دوڑ جلتے گا۔ یہ معاملہ یہیں ختم نہیں ہو جانا۔ مثلاً  
زیادہ پیچیدہ اور حیرت ناک ہے۔ یہ سائنسی انکشاف اور بھی چونکا دینے

والا ہے کہ درختوں میں مستقبل مہین کی صلاحیت موجود ہے۔ اور وہ آئندہ پیش آنے والے واقعات سے واقف ہو جاتے ہیں۔ سوویت یونین کی انقلاب آفریں ایجاد "کیرلین فوٹو گرافی" تمام جاندار اجسام (درخت، جانور، اور آدمی کے ہالوز جسم مثالی کی تصویر اتار سکتی ہے۔ ان تصاویر سے اندازہ ہو سکتا ہے کہ جب درخت سے پتے نوچے جاتے ہیں۔ تو وہ زندہ اور باشعور آدمی کی طرح تکلیف محسوس کرتا ہے۔ اور جب تم نرمی سے پیالے اور محبت سے درختوں پر ہاتھ پھیرتے ہو تو ان کا ہالوز درختوں میں ہو جاتا ہے۔ ان کا جسم مثالی جگمگانے لگتا ہے۔ جان وائٹ نے اپنی علم افروز کتاب - *Psychic Power of Plants* - (درختوں کی روحی طاقتیں) میں متعدد

مثاہد سے ثابت کیا ہے کہ جب درختوں کے سامنے مانند رقص کیا جاتا ہے تو ان کی فتوئیں اضافہ ہو جاتا ہے۔ اور وہ مزید سبز و شاداب ہو جاتے ہیں۔ اس انکشاف سے ایک اور قدیم روایت کی تصدیق ہو گئی۔ عہد قدیم میں ہمارے آباء و اجداد فصلوں کی کاشت کے وقت طرح طرح کی رسوم ادا کرتے تھے مثلاً رقص و موسیقی اور نشاط اور اجتماعات! ان کا عقیدہ تھا کہ ان رسموں کی بجا آوری سے پودوں کی بڑھوتری، زمین کی زرخیزی اور کھیتوں کی پیداوار میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ پہلے یہ ایک قبائلی مفروضہ تھا اب یہ ایک علمی اور تجرباتی حقیقت ہے۔ گویا ہمارے اسلاف ہزاروں سال پہلے وہ سب کچھ وجدانی طور پر جانتے تھے جنہیں جدید سائنس لیبارٹری کے تجربات سے ثابت کر رہی ہے۔ یعنی عالم نباتات کی مخلوق رکھاس۔ پودے جھاڑیاں، انسانوں کے جذبات، ناثرات، تصورات اور احساسات کو بخوبی سمجھتی، جانتی، پہچانتی ہے۔ بلکہ اس معاملے میں وہ انسان سے زیادہ

حس و باشعور ہے۔ جان و رابطہ کا شعور ہے کہ پس محبت کرو اپنے درخوں، ان کی بیٹیوں، ان کے پھولوں اور پھلوں سے! کہ وہ اس محبت کے مستحق ہیں۔ اور تمہارے لطیف جذبات کا ادراک کرتے ہیں۔ اس موقع پر بے اختیار شیخ مصلح الدین سعدیؒ کا مشہور زمانہ شعر یاد آیا۔

برگ درختان سبز در نظر ہو شیخ  
ہر وقتے دفتر تبت معرفت کردگار

یعنی اہل شعور کی نظر میں درخت سبز کا ہر پتہ معرفت کردگار کا دفتر ہے۔ ٹیلی بیچتی کا رابطہ انسانوں کے درمیان قائم ہوا جہانوں و درخوں اور آدمیوں کے درمیان! اس رابطے کو مستحکم کرنے کے لئے ضروری ہے کہ عامل پر نہم تنوہی (غیر خودگی)، یا استغراق کی کیفیت طاری ہو۔ کیونکہ علمی شعور کی بیداری کے عالم میں اس کا امکان بہت کم ہے کہ آپ کی محفی روحی صلاحیتیں برفے کا را سکیں۔ ان صلاحیتوں کو برفے لانے کے لئے ضروری ہے کہ ذہن یکسو اور توجہ صرف ایک نقطہ پر مرکوز ہو اور ارتکاز توجہ کی یہ کیفیت کامل بیداری کی حالت میں پیدا نہیں ہو سکتی۔ یہ ضروری نہیں کہ ٹیلی بیچتی رابطہ ہر شخص سے یکساں معیار پر قائم ہو جائے۔ اس سلسلے میں مختلف درجے اور معیار ہیں۔ جن لوگوں کے درمیان کامل جذباتی اتحاد پایا جاتا ہے۔ ان درمیان ذہنی رابطہ (ٹیلی بیچتی) بہت آسانی کے ساتھ قائم ہو سکتا ہے۔ جذباتی حوادث کے موقع پر جب انسان نفس میں تلامم برپا ہو۔ یہ صلاحیت غیر معمولی وقت سے کام کرنے لگتی ہے۔ یہ بھی واضح ہے کہ اس خود بخود قائم ہو جانے والے دماغی رابطہ میں شعوری عمل کا کوئی دخل نہیں۔ بلکہ

یہ ایک لاشوری حرکت ہے۔ ایسا لگتا ہے کہ انسانی جبلت میں ٹیلی بیٹھی کی صلاحیت قدرتی طور پر موجود ہے۔ اور جب الفاظ ایجاد ہوئے تھے تو انسانوں کے درمیان تبادلہ خیال کا واحد ذریعہ یہی امواج خیال تھیں۔ جو مختلف ذہنوں میں سفر کرتی رہتی تھیں، اور اس طرح ایک انسان دوسرے انسان کے مافی الضمیر سے بات کر رہتا تھا۔ جالوز لفظ سے محروم ہیں۔ اور ان بے زبانوں کے درمیان تبادلہ خیال کا واحد ذریعہ آج بھی یہی غیر مادی ذریعہ ابلاغ (COMMUNICATION) ہے۔ شاہد محمود رلاہور کا بیان ہے کہ

آج سے ایک سال پہلے ہمارے اسکول میں ایک ماسٹر نے کسی لڑکے کو ”ہینا ٹائمز“ کیا۔ یہ دیکھ کر میرے اندر بھی اس علم کو سیکھنے کا شوق پیدا ہوا ہینا ٹائمز سیکھنے کے لئے ہس نے کسی آدمی کی مدد نہیں لی۔ مگر یہ تھا کہ کسی ایک مخصوص چیز کو پلک چھپکا سے بغیر متواتر تکنے سے آدمی میں ہینا ٹائمز کی صلاحیت رفتہ رفتہ پیدا ہو جاتی ہے۔ ہس نے یہی کیا۔ ایک کمرے میں گلاس رکھ کر گلاس کے خاص نقطے پر متواتر تکنا شروع کیا۔ اور اسی نقطہ پر تمام تر توجہ مرکوز کر دی۔ اس مشق کو ہس نے ایک سال کیا۔ اور اب مجھ میں اتنی طاقت پیدا ہو گئی ہے کہ ایک گھنٹے تک کسی چیز کو پلک چھپکا سے بغیر تک سکتا ہوں اس عمل سے مجھ میں یہ قوت پیدا ہو گئی کہ اگر ہس کسی سوئے ہوئے انسان کو آدھے منٹ یا کم مدت تک دیکھوں تو وہ فوراً بیدار ہو جائے گا۔ اور اٹھ کر شکایت کرے گا کہ میرے سر میں درد ہو رہا ہے۔ جب ہس کسی خوابیدہ انسان پر اپنی توجہ مرکوز کر دیتا ہوں تو ایسا لگتا ہے کہ میرے اور اس کے درمیان مافی رابطہ قائم ہو گیا ہے۔ اس وقت اگر میں زور سے سانس لوں۔ تو وہ آدمی بیدار ہو جاتا ہے۔ لیکن عجیب بات کہ میرے سر میں درد ہونے لگتا ہے

یعنی اس کا در دس درجہ میں منتقل ہو جاتا ہے۔ انسان تو انسان اگر ہوسے کسی بلی پر نظر ہں جہادوں تو وہ نیز نیز سانس لے کر سوجائے گی۔ اور سوتے ہوئے آدمی پر بھی یہی اثر ہوتا ہے کہ جب میں اسے تکلیا ہوں تو وہ گہرے گہرے سانس لینے لگتا ہے۔ ان مشقوں سے ایک اور صلاحیت بھی فحجہ میں پیدا ہو گئی ہے۔ جب بھی میرا دماغ بوجھل ہوتا ہے۔ گھر ہں کوئی نہ کوئی طوفان برپا ہو جاتا ہے۔ ایک روز کا واقعہ ہے۔ ایک روز رات کے آٹھ بجے میرا دماغ بوجھل ہو گیا میں ڈرا بھائی سے کہنے لگا خدا خیر کرے کچھ نہ کچھ ہونے والا ہے، اسی رات والدہ صاحبہ شدید طور پر بیمار ہو گئیں۔ پھر ایک دن دماغ کے بوجھل پن کا احساس ہوا۔ پھر ایک حادثہ پیش آیا۔ بہن کی منجھنی ٹوٹ گئی۔ میں نے اس سے قبل ہی والدہ سے کہہ دیا تھا۔ امی! ہم کوئی بری خبر سننے والے ہیں۔ تیسرے موقع پر یہ کیفیت دماغ سے پیدا سوتی۔ تو ایسا طوفان آیا کہ گھر والے رات بھر نہ سو سکے شاہد محمود کے بیان سے اندازہ ہو سکتا ہے کہ تنزیہی کیفیت میں نہ صرف دوسرے دماغوں سے غیر مادی رابطہ قائم ہو جاتا ہے۔ بلکہ جسمانی کیفیات کا ثبالت بھی ممکن ہے۔ مثلاً دوسرا یعنی معمول کا در دس درجہ میں اور عامل کا در دس درجہ یا کوئی اور جسمانی کیفیت مثلاً بخار، معمول میں منتقل کیا جا سکتا ہے۔ اس کے ساتھ انسانی دماغ میں اس قدر حساسیت پیدا ہو جاتی ہے کہ وہ مستقبل میں پیش آنے والے واقعات کا ادراک قبل از وقت کر لیتا ہے۔ سوال یہ ہے کہ تنزیہی قوت کس طرح عمل کرتی ہے؟ جاوید ہاشمی (فیڈرل بی ایریا کراچی) لکھے ہیں کہ

## برقی ہل رہیں

میں نے آپ کے مضامین سے اٹنا دوسیکھ لیا ہے کہ اپنے کو سیناٹازڈ ضرور کر سکتا ہوں۔ اور یہ ترکیب چند لمحے میں ذہن نشین ہو گئی کہ خود پر کس طرح تنویمی بیندطاری کی جا سکتی ہے؟ اس وقت ایک بکے رات کا وقت ہو۔ میں اپنے کو مکمل ”سیناٹازڈ“ نہیں تو نیم تنویمی حالت میں ضرور لے آیا تھا۔ بنا سکتا نہیں کہ اس کامیابی سے کتنا خوش ہوں۔ اور اسی خوشی میں یہ خط لکھ رہا ہوں۔ زندگی میں پہلی بار ایک عجیب کیفیت سے دوچار ہوا ہوں۔ درخواست یہ ہے کہ ازراہ کرم مجھے عمل تنویم کی پوری تکنیک سکھا دیں۔ ہوا یوں کہ میں آٹھویں جماعت ہی سے اس قسم کی تصانیف اور آپ کے مضامین کا مطالعہ کافی طور سے کیا کرتا تھا پھر آپ کی کچھ کتابیں خصوصاً ”سیناٹزم“ نامی تصنیف نظر سے گزریں کبھی کبھی نکتہ بینی (التیخیر) کی کوشش تھی مگر جہم کر نہیں! گرمیوں میں جب چھت پر سونا تو پلک تھپکتا ہے بغیر چاند پر نظریں جانا اور اس نقطہ پر پوری توجہ مرکوز کر دینا۔ غرض جو دل میں آتا۔ دماغ سے سمایا کر بنا۔ کسی سے راتے نہ لینا۔ کئی بار سوچا کہ آپ سے مشورہ لوں مگر ہمت نہ ہوئی۔ ممکن ہے آپ توجہ نہ دیں۔ بہر حال میں نے یہ کیا کہ ذہن کو آزاد چھوڑ دیا۔ ہر قسم کے خیالات آتے اور گزر جاتے۔ چار پانچ منٹ کے بعد ذہن ساکن ہو گیا۔ یعنی خیالات کی آندھیاں تھم گئیں۔ پھر خود کو تنویمی نیت کی ترغیبات دینی شروع کیں۔ محسوس کیا کہ میری ٹانگوں سے ہل رہی تھ رہی ہیں۔ پھر دماغ پر سناٹا چھانے لگا۔ پھر ایسا لگا ہوا ہے کہ میں اندر ڈوبنا چلا جا رہا ہوں۔ پھر میں نے اپنے آپ کو دو بے دیا۔ میرے ساتھ

چھوٹا بھائی سو رہا تھا۔ اس نے اس زور سے کر دیا کہ استغراق کی  
 کیفیت ٹوٹ گئی۔ اور مجھے جھٹکا سا لگا۔ ایک طلسم تھا۔ جو شکست  
 ہو گیا۔ ایک سحر تھا جو باطل ہو گیا۔ سخت مایوسی ہوئی۔ آخر پھر دوبارہ  
 یہ عمل شروع کیا گیا۔ اس مرتبہ میرے پاؤں سے لہریں اٹھنی شروع  
 ہوئیں۔ اور پھر عجیب بات یہ ہوئی کہ پیشانی میں درد کی لہریں دوڑنی  
 پھر یہ درد پیشانی سے گدڑی میں منتقل ہو گیا۔ میں نے درد کی کوئی  
 مزاحمت نہیں کی۔ رفتہ رفتہ استغراق کی حالت پیدا ہوئی۔ اور درد  
 سر غائب ہو گیا۔ میرے ہاتھ پاؤں رونی کی طرح ہلکے ہو گئے۔  
 یہ عرض کر دوں کہ میں نے یہ تمام عمل جسم سے باہر نکلنے کے لئے کیا  
 تھا۔ اب مجھے کیا کرنا چاہیے۔ جاوید ہاشمی نے تنزیہی کیفیت میں  
 جن لہروں کا ذکر کیا ہے۔ اس کا تذکرہ گل فشاں بخاری بھی کسی تنزیہی  
 معمول کی کیفیت بیان کرتے ہوئے کر چکے ہیں۔ یہ لہریں اس وقت  
 محسوس ہوتی ہیں۔ جب یہ کوشش کی جاتی ہے کہ جسم مثالی (پیکر نوہا)  
 کو جسم فانی سے الگ کیا جائے یہ کس قسم کی لہریں ہیں۔ طبعی قوانین  
 اس کا تشریح سے قاصر ہیں۔ کیا یہی وہ لہریں ہیں۔ جو دو دماغوں  
 کے درمیان رابطہ قائم کرتی ہیں۔ یا یہ وہ قوت حیات ہے۔ جو مگر نیم  
 کے پاسوں (ہاتھ سے جسم پر پس کرنا) کی تحریک سے عامل کے جسم سے  
 نکل کر معمول کے جسم میں داخل ہوتی اور اس میں نئی روح دوڑا دیتی  
 ہے۔ بہر حال جہاں تک تنزیہی عالم میں معمول (یا عامل) کے جسم سے  
 برتی لہروں کے اخراج کا تعلق ہے۔ لہذا یہ ایک ایسا منظر ہے جس کی  
 مزید جھانک میں ہونی چاہیے۔ جو لوگ تنفس لوز یا متبادل طریقہ تنفس یا



سائنس کی دوسری مشقیں کرتے ہیں۔ ان کے جسم خصوصاً ہاتھ کی انگلیوں سے قوت کا اخراج ایک ایسا امر واقعہ ہے۔ جسکی تصدیق تجربہ سے کی جاسکتی ہے! سائنس کی مشقوں سے انسان کی ریڑھ کی ہڈی کے نچلے سرے میں ”قوت حیات“ (کنڈالائی شکست) جاگتی ہے۔ اور یہ بڑی قوت سے دماغ کی طرف چڑھتی ہے۔ اور انسان کو ظلم ہو مشربا کی سیر کرا دیتی ہے اور اسکی ہر بات فناء عجائب معلوم ہوتی ہے۔

تنظیم کی اصل حقیقت ترغیب پذیری اور اثر اندازی ہو یعنی آپ کی صرف یہ خواہش کہ مجھ پر تنزیمی کیفیت طاری ہو جائے۔ انسان کے اندر ترغیب پذیری کی صلاحیت پیدا کر دیتی ہے۔ بظاہر ترغیبات عامل کی طرف سے آتی ہیں۔ مثلاً اب تمہارا جسم بھاری ہو رہا ہے۔ اب تمہاری آنکھیں بند ہو رہی ہیں۔ اب تم پر تنزیمی نیند طاری ہو رہی ہے۔ لیکن درحقیقت جب تک معمول خود ان ترغیبات کو قبول کر کے یہ محسوس نہ کرے کہ میرا جسم بھاری ہو رہا ہے۔ میری آنکھیں بند ہو رہی ہیں۔ اور مجھ پر تنزیمی نیند غالب آرہی ہے۔ اس وقت تک عامل کی تمام کوششیں اور کوششیں فضول ہیں۔ کارفرما قوت عامل نہیں خود معمول ہے۔ البتہ معمول کو ترغیبات اور عامل کے احکام و ہدایت قبول کر لینے پر ذہنی طور سے تیار کیا جائے۔ جب تک معمول ذہنی طور سے خود ترغیب پذیری پر آمادہ نہ ہوگا۔ ممکن نہیں ہے کہ اس پر تنزیمی عمل کیا جاسکے معمول کو ذہنی طور پر آمادہ کرنے کے لئے ڈرامائی ماحول پیدا کیا جاتا ہے اور ایسی ترکیبیں اختیار کی جاتی ہیں۔ جو اسے چونکا دیں۔ اس میں تجسس کا جذبہ جگادیں۔ معمول کو محسوس ہونا چاہیے کہ اب غیر معمولی

واقعات پیش آنے والے ہیں۔ اور وہ ایک نئی مگر درجہ فرحت انگیز اور پراز دلچسپی ڈرامے کا کردار بننے والا ہے۔ تنویم کاری کا ڈراما تے ماحول پیدا کرنے کے لئے استادوں نے مختلف طریقے اختیار کئے ہیں اور پانچ چھ ہزار سال سے انہی طریقوں پر عمل ہو رہا ہے۔ صحرائی قبائل کا جادو اور غیر ترقی یافتہ گروہوں کی ساحرانہ رسوم بھی درحقیقت ہینٹنزم ہی کا ایک حصہ ہیں، تنویمی اثر اندازی کے معروف طریقے حب ذیل ہیں۔

۱۔ معمول کے جسم کو چھوئے بغیر پاس کرنا (یعنی معمول کے جسم پر ہاتھ سے اٹاے کرنا)۔

۲۔ معمول کے جسم پر ہاتھ رکھ کر پاس کرنا۔

۳۔ معمول کو ہدایت کرنا کہ وہ کسی ایک نقطے پر اپنی نگاہیں اور توجہ مرکوز کرے۔

۴۔ تنویمی نیند کی زبانی ترغیبات دینا۔

جسم کو چھوئے بغیر پاس کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ معمول کو آرام سے لیٹا دیا جاتا ہے۔ اور عامل اپنے دونوں بازو پھیلا کر مریض کے جسم کے مختلف حصوں پر بلندی سے پاس کرنا ہے۔ مسمریزم، مسمر کے نام سے موسوم ہے اس کا طریق کاری یہ تھا کہ وہ اپنے ہاتھ معمول کے کاذھے پر رکھنا تھا۔ اور پھر ہاتھ اٹھا کر معمول کی انگلیاں پکڑ لینا تھا۔ اس ترکیب کو متعدد مرتبہ دہرانا تھا مسمر کا مقلد جسم کو چھوئے بغیر اس کے جسم پر ہاتھ پھیرتا تھا۔ تیسرا طریقہ یہ ہے کہ معمول کو مارا پک کرے میں بٹھا دیا جاتا۔ عامل اس کے سامنے کھڑا ہونا معمول کے عقب میں ایک چراغ (لیپ) کو اس طرح رکھا جاتا کہ اس کی روشنی

عامل کی آنکھ پر پڑے۔ اور معمول کو ہدایت کی جاتی کہ وہ عامل کی آنکھوں میں آنکھیں ڈال کر اسے گھورتا ہے۔ یا عامل معمول کی نمک کی چونچ یا اردوں کے درمیانی حصے پر نظریں جمادیتا۔ یا معمول کو ہدایت کی جاتی کہ وہ نماریک کرے ہں کسی چمکدار چیز پر بلکہ جھپکائے بغیر نظریں جمائے۔ اس دوران میں عامل برابر معمول کو نزغیبات دیتا رہتا ہے کہ۔

تمہاری پلکیں بھاری ہو رہی ہیں۔

تمہارا جسم اکر طربا ہے۔

تم پر تنویدی نیند طاری ہو رہی ہے۔

بہتر ہے کہ ترغینی فقرے کے الفاظ مضبوط و واضح صاف لہجہ میں ادا کئے جائیں۔ اگر عامل کے لہجے میں ذرا بھی کمزوری یا اسکی ترغیب میں الجھاؤ اور ترغیب کی ادائیگی میں پس و پیش ہوگا۔ تو ممکن نہیں کہ معمول عامل کے حکم رکمانڈ، کی تعمیل کر سکے۔ مثلاً

تم بالکل آرام وہ پوزیشن میں لیٹے دیا بیٹھے ہو، بالکل آرام سے، بالکل آرام سے، بالکل آرام سے، تم محسوس کر رہے ہو کہ میں بہت آرام سے لیٹا یا بیٹھا ہوں۔ دیکھو، تمہاری پلکیں بھاری ہو رہی ہیں۔ پلکیں بھاری ہو رہی ہیں۔ تم چاہتے ہو کہ آنکھیں بند کر لو۔ آنکھیں بند کر لو۔ تمہاری آنکھیں بند ہو گئیں۔ سونہیری آواز دُور سے دُور ہوتی چلی جا رہی ہے۔ مگر تم اسے سن رہے ہو۔ اور تم برابر میری آواز سنتے رہو گے لو اب ہمیں نیند آرہی ہے۔ تم آہستہ آہستہ نیند میں دوتے چلے جا رہے ہو۔ گہری نیند، فرحت بخش نیند اور خوشگوار نیند! تم ہر حالت میں میری آواز سنتے رہو گے میرے علاوہ تم کوئی آواز نہیں سن سکے۔ اس طرح

معمول پر رفتہ رفتہ نیند کی کیفیت طاری ہو جاتی ہے، اور اس عالم میں وہ آپ کے تمام جائز احکام کی تعمیل پر آمادہ ہو جاتا ہے۔ اور اس عالم میں معمول کی کیا کیفیت ہوتی ہے۔ ظفریاب علی خاں سیاب (مکان نمبر ۴۸) رقمطراز ہیں کہ

آپ کے اس فقرے نے چونکا دیا کہ ہم مشرقی اقوام میں ایک یہ بھی کمزوری ہے کہ بہت سے امرا و رموز ہم اپنے سینے میں لے کر قبر میں چلے جاتے ہیں۔ اور نوزائیدہ انسانی ان تجربات سے فائدہ اٹھانے سے محروم ہو جاتی ہے میرے ساتھ بھی ایک واقعہ عجیب گزرا ہے۔ لیکن اس عجیب واقعے کی تشریح سے قاصر ہوں۔ نہیں سمجھ پایا کہ وہ کون سی طاقت ہے جو انسان کو بحالت خواب حرکت میں لے آتی ہے۔ ہوا یوں کہ میں ایک رات گہری نیند میں سو رہا تھا۔ بڑے بھائی جاگ رہے تھے۔ ان کا بیان ہے کہ میں نیند کے عالم میں اپنے بستر سے اٹھا۔ بیٹھک کا دروازہ کھولا۔ اندر داخل ہوا۔ پھر دوسرا دروازہ کھولا، باہر نکلا اور سامنے والی مسجد کے چبوترے پر جا کر بیٹھ گیا۔ بڑے بھائی جان اس تماشے کو دیکھ رہے تھے اور حیران تھے کہ میں کیا کر رہا ہوں۔ انہوں نے پوچھا کیا کر رہے ہو۔ میں نے جواب دیا کہ گھر میں مہمان آتے ہوئے ہیں۔ ان کے لئے دودھ اور کیک لینے جا رہا ہوں اگرچہ نہ وہاں کوئی دکان تھی۔ نہ دکاندار نہ میرے پاس دودھ کا کوئی برتن تھا۔ مگر پھر بھی تقاضہ کر رہا تھا کہ اس برتن میں میرا دودھ ڈالو بعد ازاں گھر لوٹ آیا۔ اور بستر پر بدستور لیٹ گیا۔ صبح جاگا تو یہ داستان شب مجھے قطعاً یاد نہ تھی۔ بھائی جان نے یہ واقعہ یاد دلایا تو حیرانی ہوئی کیونکہ خدا گواہ ہے کہ مجھے یاد نہ تھا کہ میں رات کو بیدار ہوا۔ بستر سے اٹھا۔

بلیک کے دروازے کھولے مسجد کے جوڑے پر بیٹھا اور سیر بھر دودھ مانگنے لگا۔ یہ تمام باتیں میرے لئے ناقابل یقین تھیں۔ مگر امر واقعہ تو وہی تھا جو بھائی صاحب نے بیان کیا۔ اسکے علاوہ ایک دفعہ گھر کے صحن میں سو رہا تھا کہ اچانک پلنگ سے اٹھ کر کنویں کی طرف چلا اور کنویں میں جھانکنے لگا۔ خوش قسمتی سے والدہ جاگ رہی تھیں۔ وہ مجھے اپنے پلنگ پر لے گئیں۔ صبح جاگا تو مجھے ذرا بھی یہ واقعہ یاد نہ تھا۔ ان واقعات کے بعد میں نے باہر سونا پھوڑ دیا۔ اندر سونا ہوں۔ گھر کے اندر جب اکیلے ہونا ہوں تو سخت گھبراہٹ محسوس ہوتی ہے۔ سمجھ میں نہیں آتا کہ یہ معاملہ کیا ہے وہ کون سی قوت ہے جو کسی کو سوتے میں متحرک اور سرگرم کار کر دیتی ہے۔ اور پھر جاگنے کے بعد اس شخص کو یاد بھی نہیں رہتا کہ وہ سوتے میں کیا کیا کر چکا ہے۔

ظفر علی خاں سیما (مردان) نے سوال کیا ہے کہ وہ کون سی قوت ہے جو آدمی سے سوتے میں یہ کام لیتی ہے۔ اور لطف یہ کہ اس شخص کو علم نہیں ہوتا کہ وہ کیا کر رہا ہے؟ یہ کوئی پراسرار قوت نہیں ہے انسانی شعور دو حصوں میں تقسیم ہے۔ ایک شعوری عقل وہ جسکا ہمیں علم ہونا ہے مثلاً وہ حرکات جنہیں ہم اپنے ارادے سے کرتے ہیں۔ مثلاً میں یہ سطریں اپنے علم والے سے لکھ رہا ہوں۔ دوسری حرکات و اعمال وہ ہیں جنہیں ہم غیر شعوری طور پر انجام دیتے ہیں۔ یعنی وہ کام خود بخود ہوتے رہتے ہیں۔ اور ہمیں ان کی ذرا بھی خبر نہیں ہوتی۔ مثلاً سانس لینا، نبض پلپنا اور جسم کی غیر ارادی حرکات وغیرہ۔ یہی حال نیند کا ہے۔ سوتے میں

ہم کر ڈیں بدلنے ہیں۔ بڑبڑاتے ہیں۔ اٹھ کر بیٹھ جاتے ہیں جسم بے ترتیب ہوتا ہے ترتیب میں لے آتے ہیں۔ تپکے پر سر قریب سے رکھتے ہیں سردی لگے تو لحاف اوڑھ لیتے ہیں گرمی محسوس ہو تو رضائی اتار دیتے ہیں۔ یہ سب حرکات لاشعوری طور پر انجام پاتی ہیں۔ اور صبح جاگنے کے بعد ہمیں یاد ہی نہیں رہتا کہ آٹھ گھنٹے کی نیند میں ہم کیا کیا جسمانی حرکات کر چکے ہیں۔ اس عمل کی ترقی یا نڈھ شکل خواب خرابی ہے۔ یعنی سوتے ہیں اٹھ کر مختلف کام کرنا۔ اور جاگنے کے بعد "اعمال خواب" کو فراموش کر لینا! یہ سب کچھ اس بات کی علامت ہے کہ لاشعور شعور پر غالب آگیا ہے۔ لاشعور کے معنی غفلت اور بے ہوشی نہیں لاشعور کا ایک اپنا شعور ہوتا ہے پاگل شعور سے عاری ہوتے ہیں۔ وہ اپنے اعمال کی توجہ نہیں کر سکتے بلکہ ان کا لاشعور خود بخود مختلف طور پر اپنے جسمانی اور دماغی فرائض انجام دیتا ہے خواب خرابی یا *somnambulism* درحقیقت ایک تنوکی کیفیت ہے۔ تنوکی نیند کی حالت میں آدمی خود ترغیبات کے زیر اثر تمام فرائض انجام دینا رہتا ہے۔ اور جب تنوکی نیند ختم ہو جاتی ہے۔ تو بھلا دینا ہی کہ وہ اس حالت میں کیا کیا کر چکا ہے۔ نفسیاتی مریضوں پر لاشعور کی یہ کیفیت اکثر طاری رہتی ہے۔ اور اس صورت میں ان کے اعمال اور انداز فکر خود بخود رائے آٹومیٹک ہوتے ہیں۔ جن پر شعور و فہم کی کوئی گرفت نہیں۔ ہوتی۔ اتنا بال جاوید (لطیف آباد) اسی کیفیت کے زیر اثر زندگی بسر کر رہے ہیں۔ اپنے خط مورخہ ۱۴ جولائی ۱۹۷۱ء میں لکھتے ہیں کہ میں آج کل ایک عجیب و غریب کیفیت سے گزر رہا ہوں۔ یہ ناقابل تیسر ذہنی کیفیت ہے۔ پانچ چھ ماہ سے اس شکایت میں اور

اضافہ ہو گیا ہے۔ جب ہر کسی چیز کے بارے میں سوچنا ہوں یا محسوس کرنا ہوں تو ایسا لگتا ہے کہ یہ حقیقت نہیں ہے حالت خواب ہے۔ جو دماغ پر چھائی ہوتی ہے۔ جیسے ہر کوئی خواب دیکھ رہا ہوں۔ یہی وجہ ہے کہ میں کبھی چیز کو بخوبی ذہن نشین نہیں کر سکتا۔ نہ اسے اپنے حافظے میں رکھ سکتا ہوں۔ جب مطالعہ کرنے بیٹھتا ہوں تو یہ احساس ہوتا ہے کہ میں اس عبارت کو اس سے قبل بھی پڑھ چکا ہوں۔ پھر اس عبارت کے نفوش حافظے سے محو ہو جاتے ہیں۔ نہ صرف مطالعہ بلکہ جو کام کرنا ہوں جو کچھ دیکھنا ہوں۔ جو کچھ سننا ہوں اس کے بارے میں یہ دھیان ہوتا ہے کہ خواب تھا جو کچھ کہ دیکھا جو سنا افسانہ تھا۔ ہر لمحہ ذہن پر یہ تصور غلبہ رہتا ہے کہ سب کچھ خواب خیال کا کارخانہ ہے۔

یہ تو ہستم کا کارخانہ ہے

یاں وہی ہے جو اعتبار کیا

انتہا۔ یہ کہ آپ کو خط لکھ رہا ہوں۔ اور یہ محسوس کر رہا ہوں کہ سب کچھ عملاً نہیں بلکہ تصور میں ہو رہا ہے۔ ازراہ کرم تجھے اس تصوراتی کیفیت سے کہ (ہر خواب دیکھ رہا ہوں) نجات دلائیے پہلے میں کافی ذہین تھا لیکن اب ذہانت کی دھار کند ہو رہی ہے۔ میں اپنی طرف سے پوری کوشش کر رہا ہوں کہ ہر چیز کے بارے میں حقیقی طور پر سوچوں جس طرح عام لوگ سوچتے ہیں لیکن ایسا نہیں ہوتا، میں تو خوابوں کے جزیے میں بھٹک رہا ہوں۔ حقیقی دنیا میرے لئے غیر حقیقی ہو کر رہ گئی ہے!

اقبال جاوید نے اپنی جو کیفیت لکھی ہے۔ اس سے اندازہ ہوتا ہے کہ بعض اوقات نفسی اختلال اور ذہنی انتشار کن عجیبے غریب صورتوں

میں ظاہر ہونا ہے۔ اور آدمی کو کس طرح اپنے تصورات کے قید خانے میں  
 محسوس کر دینا ہے۔ ان کے نفس میں دو نظام تصورات یا خواہشوں کے  
 دو متضاد مجموعے ایک دوسرے سے ٹکراتے ہیں۔ ایک نظام تصورات یا خواہشوں  
 کا مجموعہ وہ ہے جس کا تعلق ان کے جبلی تقاضوں سے ہے۔ اور تصورات  
 کا دوسرا نظام۔ عملی شعور سے تعلق رکھتا ہے۔ جو انہیں تنبیہ کرنا رہنما  
 ہے کہ تم سنگ و حشت کی دنیا سے جلا وطن ہو کر اپنے اندر بھٹک رہے ہو۔

بھجور ہر رانجن میں ہم لوگ

اپنے میں جلا وطن ہیں ہم لوگ

تم اپنے خوابوں کے اندھیرے میں ٹھوکریں کھا رہے ہو۔ تم نے  
 حقائق کی طرف سے آنکھیں بند کر لی ہیں۔ تم محض تصورات کے باسی  
 ہو۔ اور دوسری طرف ان کے جبلی تقاضے ہیں۔ جو اپنے اظہار اور تسکین  
 جذبات کے لئے بے چین ہیں۔ اقبال جاوید کی پوری کوشش یہ ہے کہ  
 وہ ان جبلی خواہشوں کو رجن کی حقیقی نوعیت کا خود انہیں بھی علم نہیں انہیں  
 دفنادیں۔ شعور اور لا شعور کی اس کشمکش نے جو بڑی ہم گیر اور شدت کے  
 ساتھ جاری ہے۔ ان کے حلقے کو معطل اور ذہن کو مختل کر دیا ہے اسی  
 کو اجتنال نفسی کہتے ہیں۔ اس کیفیت کو اگر جاری رہنے دیا جائے تو  
 اقبال جاوید یقیناً خواب خرابی کے مریض بن جاؤں گے۔ بلکہ بن گئے  
 ہیں۔ کیوں کہ ظاہری بیداری کے عالم میں بھی وہ سوتے رہتے ہیں اس  
 قسم کے ذہنی مریضوں کا واحد علاج عمل تنظیم کے ذریعہ ممکن ہے۔ اقبال  
 جاوید پر تنویری نیند طاری کی جائے اور پھر انہیں حکم دیا جائے کہ تمہارے  
 نفس کے اندر جو بیجان برپا ہے جو طوفان جوشاں و خروشاں ہے۔ جو



آتشیں مواد بھر مک رہا ہے اسے بے کم و کاست بیان کر دو۔ یقیناً وہ چننے لگیں گے۔ اور دھماکہ پیدا کرنے والی آواز کے ساتھ اپنی ذہنی کیفیت (سرگزشت کرپے اندوہ) بیان کرنا شروع کر دیں گے۔ پھر انہیں یہ ترغیب دی جائے کہ بیدار ہونے کے بعد تم قلم اور کاغذ لے کر بیٹھ جاؤ گے اور کسی جھپک کسی رکاوٹ اور کسی پتھر پتھر کے بغیر جو کچھ تمہارے ذہن میں آئے گا۔ اسے قلم بند کرتے چلے جاؤ گے۔ چند مرتبہ یہ عمل کیا جائے گا۔ اور اقبال جاوید اس خواب زدگی کی مرئیضانہ کیفیت سے نجات پا جا ہوں گے۔ انسان زندگی اپنے سکون و تحفظ کے لئے ذہن سے عجیب و غریب کام لیتی ہے۔ جب دماغی کرب و تکلیف حد سے گزر جاتی ہے تو آدمی بہریش ہو جاتا ہے۔ یہ بھی ذہنی صحت کے تحفظ کا ایک ذریعہ ہے۔ اگر کثرت اندوہ میں غشی طاری نہ ہو تو اندیشہ ہے کہ دماغ پھٹ جاتے۔ اسکی رگیں چٹخ جا ہوں بھلا انا جذباتی دباؤ، کون برداشت کر سکتا ہے؟ بے ہوش جانا گرد و پیش سے بے خبر ہو جانا۔ سکھنے کی حالت میں آ جانا۔ یہ سب درحقیقت وہ دفاعی تدابیر ہیں۔ جو انسانی زندگی اپنے تحفظ کے لئے اختیار کرتی ہے۔ یعنی دماغی میکا نزم کو معطل کر کے وہ دماغ کے نازک حصوں کو نپاہہ ہونے سے بچا دیتی ہے۔ اقبال جاوید کی خواب زدگی یہ محسوس کرنا کہ ہیں خواب دیکھ رہا ہوں۔ اسی ختم کی ایک چیز ہے۔ شور لا شور میں کشمکش پیدا ہونا ایک ناگزیر عمل ہے۔ انسانی جبلت (بلکہ جبلتیں) وہی ہیں جو حیوانات کی بقائے حیات کی ضامن ہیں۔ حیوانات فکر و تعقل سے محروم ہیں۔ ان کے یہاں دل و دماغ کی وہ کشمکش پاتی ہی نہیں

جاتی۔ جو انسانوں کا مقصود ہے مگر دل و دماغ ریا شعور و جبلت کی یہی کشمکش اور یہی تصادم انسانیت کا وہ امتحان ہے جو اسے اشرف المخلوقات کے درجہ پر فائز کرنا ہے۔ جانوروں کو اپنی تہذیب نفس کی کوئی ضرورت نہیں کیونکہ ان کا کردار مشینی ہوتا ہے۔ پھلی کا پتھر پیدا ہوتے ہی تیرنے لگتا ہے۔ اور مرغی کا چوزہ اندھے سے برا آمد ہوتے ہی زمین پر چوچیں مارنے لگتا ہے۔ لیکن آدم زاد کو سب کچھ دیکھنا پڑتا ہے۔ چلنا پھرنا، اٹھنا بیٹھنا، بونا چالنا، اور حاجات ضروری سے فارغ ہونا۔ آدمی کا جنسی کردار بھی تربیت پذیر ہے۔ عقل قدم قدم پر اسکی رہنمائی کرتی ہے۔ اور جبلت اسے اپنی راہ پر چلانا چاہتی ہے۔ یہیں سے جذباتی کشمکش کی ابتداء ہوتی ہے۔ اور خیر و شر کا یہی تصور عقل و جذبات کی یہی کشمکش اور مفید و مضار قدر کی یہی پیمائش، انسانی شخصیت میں پختگی اور استحکام پیدا کرتی ہے! انسان حوادث کی بھٹی میں تپنے بغیر اس میل کچھل سے پاک و صاف نہیں ہو سکتا جو بشری جبلت کی پیداوار ہے۔ جب تک انسان اپنے "اندرون" سے باخبر نہ ہو گا۔ اس میں خود آگاہی اور خود شناسی کی صفت پیدا نہیں ہو سکتی۔ اور خود آگاہی کے لئے اندرون کرب سے گزرنا زینہ اولیٰ کی حیثیت رکھتا ہے۔

مرے قریب نہ آئے بہشت بے خبری  
خود آگاہی کے جہنم میں جل رہا ہوں

## تحلیل نفسی

ان مباحث میں بار بار تحلیل نفسی کی اصطلاح استعمال کی گئی ہے

تحلیل نفسی کے معنی ہیں اپنے نفس (ذہن) کی کیفیتوں کو ٹوٹنا۔ اور ان شکافوں کو دریافت کرنا، جو انسانی سوچ میں پڑ گئے ہیں۔ تحلیل نفسی کا طریقہ یہ ہے کہ معمول کو بستر پر آرام سے لٹا دیا جاتا ہے۔ اور اسے ہدایت کی جاتی ہے کہ وہ اپنے اوپر استغراق کی کیفیت طاری کر کے مطالعہ ذات کی کوشش کرے۔ اور اس کے ذہن میں جتنے خیالات یکے بعد دیگرے آ رہے ہیں۔ انہیں بے تکلف اور بے تکان بیان کرنا چلا جائے۔ اس کوشش میں معمول پر خود تنواری ریلیف ہپنا سز، کی ہلکی سی کیفیت طاری ہو جاتی ہے۔ تنویم اور تحلیل دونوں کا طریقہ کار یکساں ہے۔ یعنی لاشعور میں دبی ہوئی یادوں اور یادداشتوں کو شعور کی سطح پر لایا جائے۔ فرق یہ ہے کہ تحلیل نفسی سے صرف ذہنی امراض اور اعصابی شکایتوں کا علاج کیا جاسکتا ہے اور تنویم کاری سے ذہنی اور اعصابی کمزوریوں کے علاوہ بعض جسمانی امراض (مثلاً درد سر، بد ہضمی، قبض، دانوں کی تکلیف وغیرہ) بھی رفع کئے جاتے ہیں۔ تحلیل نفسی کا ایک نقص یہ ہے کہ اس عمل کے دوران "انتقال جذبات محبت" کے قانون کے تحت معمول رجس کے نفس کا تجزیہ اور ذہنی کیفیتوں کی تحلیل کی جاسکتی ہے، عامل یعنی معالج نفسیات تحلیل کرنے والے کو اپنا راز دار محرم اسرار اور محبوب قرار دے لیتا ہے۔ بیداری کے عالم میں شعور محتجب کے فرائض انجام دیتا ہے اور لاشعوری ہیجانات کو بروئے کار نہیں آنے دیتا۔ اور عام حالات میں تمام تصورات اور جذبات شعور کی چیلنی میں چین چین کر لاشعور میں پہنچتے ہیں۔ لیکن شعور ہمیشہ چوکس اور چوکنا نہیں رہتا۔ کبھی کوئی جذباتی ترغیب (مثلاً اچانک کسی عریاں جسم کا نظارہ) بڑی تیزی سے ذہن کی دہلیز کو پار کر کے لاشعور میں داخل ہو

ہو جاتی ہے۔ اور ایک دھماکے کے ساتھ لاشعور میں پیوست ہو جاتی ہے۔  
 نفس کے اس حصے کی وجہ سے ہم انہماک و تقسیم کے عملی مقاصد کے پیش نظر لاشعور  
 کہتے ہیں۔ کی عیب خصوصیت ہے کہ وہ ہر ترغیب اور دافعت کو کسی انکار کسی  
 پس و پیش اور کسی دلیل و حجت کے بغیر جوں کا توں قبول کر لیتا ہے اور وہ  
 ترغیب لاشعور میں جڑ پکڑ لیتی ہے۔ تنویم کار کا کام یہ ہے کہ وہ شعور پر  
 اونگھ یا نیند طاری کرے تاکہ شعور کا دار و دروغ درمیان سے ہٹ جائے اور  
 ماہر تنویم کی ترغیب کسی خلل پذیری اور دخل اندازی کے بغیر نفس کا ایک حصہ  
 بن جاتی ہیں۔ تنویم کی حالت میں معمول کی تحلیل نفسی مفید ہے۔ آسان  
 بھی! معمول اس عالم میں ایسا سینہ تنویم کار کے سامنے کھول دیتا ہے۔  
 اور اس کی زندگی کی تمام فراموش شدہ یادیں تازہ ہو جاتی ہیں۔ ہم اپنے پسے  
 میں کیا کیا راز چھپائے ہوئے ہیں۔ اس کا اندازہ غیر تو غیر خود، میں بھی نہیں  
 یہ تو صرف تحلیل نفسی سے ہی معلوم ہو سکتا ہے کہ ایک فرشتے میں کتنے شیطان  
 اور شیطان میں کتنے فرشتے چھپے ہوئے ہیں۔

جو سینوں کے دہپتے باز ہوں گے

نجانے فاش کیا کیا راز ہوں گے

ماہرین تنویم نے محض سمجھنے سمجھانے کے لئے تنویم کار کو کی دو  
 قسمیں بیان کی ہیں۔ پدرانہ تنویم، پر اقتدار مگر شفقت آمیز ہے میں معمول  
 کو ہدایت دیتا، اور مادرانہ تنویم، رمانتا بھری آواز میں معمول کو ہدایت  
 دیتا، ہر ماں اپنے بچے کو لوریاں سنا کر اور تھپکیاں دیکر سلاتی ہے یہ لوریاں  
 سنا کر اور تھپکیاں دینا بچے کو خود ایک تنویمی عمل ہے۔ سمریزم میں  
 معمول کو بچوں (ہاتھ پھیرنا) کے ذریعہ سلایا جاتا ہے۔ بالکل یہی طریقہ کسی

کو سنانے کے لئے عام لوگ بھی اختیار کرتے ہیں جسم کے بعض حصوں پر نرمی سے ہاتھ پھیرنا، سہلانا اور نرمی سے اعضا کو تھپکانا، درحقیقت خواب اور اعمال ہیں۔ آپ کو تنظیم کاری سے قبل اچھی طرح دیکھ لینا چاہیے کہ آپ کا معمول کس قسم کی افتاد طبع کا مالک ہے۔ بچپن میں جب کہ شعور کم ابتدائی مرحلے میں ہوتا ہے۔ بچہ ہر ترغیب کو قبول کر لینا ہے۔ لیکن بلوغ کے ساتھ ساتھ رفتہ رفتہ شعور اپنی مکمل اور انکس شخصیت پیدا کر لینا ہے۔ اور ترغیب پذیری میں طرح طرح کی رکاوٹیں پیدا کرنا رہتا ہے تاہم جس طرح رسی کے مسلسل گھساؤ سے پتھر پر پیکر پڑ جاتی ہے۔ اسی طرح مسلسل ترغیبات سے انجام کار ذہن بھی متاثر ہوتی جاتا ہے۔ ڈاکٹر ایل کوڈرٹس کے دسٹان شفا بخشی کی بنیاد بھی۔ ترغیب پذیری ہی پر ہے ۱۸۷۹ء میں "میری بیکر اڈی" نے خود ترغیبی ہی کی بنیاد پر کرسچئن سائنس کی بنیاد رکھی یہ بھی خود تنظیمی ہی پر مبنی ہے۔ حقیقت یہ ہے کہ تعمیری اور مثبت نظریات انسانی شخصیت کو طاقتِ محبت، روشنی اور عظمت کے منہار میں میں تبدیل کر دیتے ہیں۔ اور منفی نظریات عرصہ زندگی کو کرہ جہنم بنا دیتے ہیں ہر خیال اچھے یا بُرے طریق پر، ہمارے جسم کو متاثر کرتا ہے۔ ہر وہ خیال یا ترغیب جو شعور کے ذریعہ ہمارے لاشعور میں پہنچتی ہے۔ ایک جبری تغاضا بن جاتی ہے۔ اور پھر لاشعور جبراً اسے پورا کر کے رہتا ہے۔ آپ جس طرح اپنے تخیل کو استعمال کریں گے اس کا اثر لازمی طور سے آپ کی ذہنی اور جسمانی شخصیت پر پڑے گا۔ خود ترغیبی کے لئے ضروری ہے کہ آپ کامل راحت و سکون کے عالم میں ہوں۔ جسم کو ڈھیلا ڈھالا چھوڑ کر بستر پر لیٹ جاویں۔ اور اپنے کو مفید ترغیبات دینا شروع کریں۔ جب تک مکمل ذہنی

سکون۔ اور جسمانی آرام حاصل نہ ہو۔ توجہ میں یکسوئی پیدا نہیں ہو سکتی۔ خود تریبشی کے سلسلے میں یہ بات ہمیشہ یاد رکھنا چاہیے کہ متفی ترغیبات و ہدایت موہوم امراض کو جنم دیتی ہیں۔ آج سے چند سال قبل صرف امریکہ میں وہم زدہ افراد کی تعداد نصف کروڑ تھی۔ ظاہر ہے کہ ایسے خیالی مریضوں کا علاج حکماً اور ڈاکٹروں کے بس میں نہیں، صرف ایک مذاہج نفیات ہی ان سے بخوبی عہدہ برآ ہو سکتا ہے۔ تنویمی ترغیبات قبول کرنے کی صلاحیت ہر آدمی میں پائی جاتی ہے۔ البتہ شدت احساس کے لحاظ سے ان کی بہن فتمیں ہیں۔ (الف) بہت زیادہ شدید احساس (ان کی تعداد کل آبادی میں بیس فیصد ہوتی ہے)۔ (۲) دوسرے درجہ پر وہ لوگ ہوتے ہیں جن میں ذکاوت حس محدود دیمانے پر ہوتی ہے (۳) اور تیسرا درجہ باغینوں کا ہے۔ جو شعور کی وغیر شعوری طور پر تنویمی ترغیبات کی شدید مزاحمت کرتے ہیں۔ یہ لوگ نہیں چاہتے کہ ان کی انانیت اور انا پر دوسروں کی ترغیب موثر ثابت ہو۔ اگر تنویم کار (ہیٹاٹسٹ) کو اپنے پر اعتماد اور مقصد میں خلوص ہو۔ اور وہ سرگرمی کے ساتھ اپنے زائنات انجام دے۔ تو باغی معمولوں کی سرکش انا کو بھی خوش اسلوبی کے ساتھ رام کیا جاسکتا ہے۔ آپ تنویمی عمل کے دوران معمول کی آنکھوں میں آنکھیں نہ ڈالیں۔ بلکہ اسکی ہانگ کی جڑ کو رابر دوؤں کے درمیان، تنکیں۔ اور متواتر تریبشی فقروں کے ذریعہ مثلاً بہتیں نبند آرکی ہے۔ ہمتا راجم بھادی ہو رہا ہے تم سونے والے ہو۔ اس پر غنودگی طاری کرنے کی کوشش کریں۔ ایسے واقعات بھی دیکھنے میں آتے ہیں کہ عامل تنویم نے معمول کی آنکھوں میں آنکھیں ڈال دیں۔ اور خود اسکی آنکھوں کے اثر سے تنویم زدہ ہو گیا۔ یاد رکھئے کہ تنویمی نبند

عام معنی میں نیند نہیں ہے۔ معمول پر حبِ تنویمی طاری ہوتی ہے تو وہ بے خبر اور اٹا عقیل نہیں ہو جاتا۔ اسکی آنکھیں کھلی ہوتی ہیں۔ وہ چل پھر سکتا ہے۔ سوالات کے جوابات دے سکتا ہے تاہم وہ تنویمی نیند میں ہونا ہے معمول اس کیفیت سے صرف اس وقت آزاد ہو سکتا ہے۔ جب عامل اس سے کہے کہ جاگ جاؤ! تنویم کاری کا ایک طریقہ یہ ہے کہ معمول کو اپنے سامنے کھڑا کر دیجئے۔ کہئے کہ آنکھیں بند کر لو۔ ہاتھ کی دو انگلیاں اسکی پیشانی پر رکھ دیجئے۔ اور اسے حکم دیجئے کہ وہ آنکھوں کی پتلیاں، ابروؤں کے درمیان پیشانی کے وسط میں جمائے، اور یہ تصور کرے کہ اپنے سر کی چوٹی کو دیکھ رہا ہے۔ اب آپ اسے تنویمی ترغیبات دینی شروع کیجئے۔ ایک ایک لفظ بطور مثال، نیند گہری نیند، خوشگوار نیند کو بار بار اٹھانے والی آواز میں دہرائیے، اٹھانے والی آواز سننے والے کے دماغ کو تھکا دیتی ہے بس تنویمی نیند کی ابتدا ہوگئی۔ جگانے کی ترغیب اس طرح دی جاتی ہے کہ آپ معمول سے کہیں کہ میں ایک دو تین چار پانچ کہنا ہوں۔ تم ان ہندوں کو سُن کر رفتہ رفتہ جاگنے لگو گے۔ اور جب میں پانچ کہو گا۔ تو پوری طرح ہوش میں آ جاؤ گے۔ اور اپنے کو کافی تروتازہ، ہشاش، بشاش اور ہلکا ہلکا محسوس کرو گے۔ اگر ترغیبات میں یہ الفاظ شامل نہ ہوں تو عین ممکن ہے کہ معمول جس وقت جاگے تو وہ تھکا ہوا اور دروس میں مبتلا ہو۔ یہ تو آپ کو معلوم ہی ہے کہ تنویمی ترغیبات معمول کے لاشعور کا جبری تقاضہ بن جاتی ہیں۔ اور وہ ان پر عمل کر کے رہتا ہے، فرض کیجئے کہ ترغیب پیری کی شدید کیفیت میں آپ نے معمول کو یہ ترغیب دی کہ تم آج سے ایک ہفتے بعد دن کے ٹھیک ایک بج کر دس منٹ پر میرے دفتر میں آؤ گے۔

اور سب کے سامنے، خشک نایح کا تماشا کر دیے گئے۔ اور جاگنے کے بعد بھول جاؤ گئے۔ کہ ہمیں بجاالت تنویم کیا ترغیب دی گئی ہے معمول حب معمول خواب سے جاگنا ہے اور خواب کی ترغیبات کو قطعاً فراموش کر دینا ہے۔ البتہ ایک مہفہ کے بعد جوں جوں وقت مقررہ رون کے ایک بجے دس منٹ قریب آتا جانتے اسکی بے چینی بڑھتی جاتی ہے وہ ٹہلنا ہے ضبط کرنا ہے۔ حیران ہوتا ہے۔ اپنے پر خفا ہونا ہے۔ مگر سب بے سود اندر کا ایک پر زور تقاضا سے مجبور کر رہا ہے کہ عامل کے دفتر میں جاتے چنانچہ ایک نادریدہ قوت کشاں کشاں ٹھیک دن کے ایک بجکر دس منٹ پر اسے عامل کے دفتر میں لے جاتی ہے۔ اور وہ رقت کرنے لگتا ہے۔ اسے ترغیب بعد از تنویم کہئے ہیں۔) نفسیاتی امراض اور عادات بد کا علاج اسی تکنیک سے کیا جاتا ہے۔ بہر صورت یہ یاد رکھتے کہ لاشعری تقاضے خود جبلت کا حصہ بن جاتے ہیں۔ اور کوئی طاقت معمول کو اس کی تعمیل سے باز نہیں رکھ سکتی۔ خواہ تنویمی حالت میں وہ عمل کیا جائے خواہ تنویم کے بعد! اگر دس آدمی بیٹھے ہوں اور آپ ان میں سے ایک کو "ہینٹا نرڈ" کر دیں تو باقی نو آدمی بہت آسانی سے تنویم کے اثر میں آجائیں گے۔ تحریباں خطیب، معجز نوا شاعر اور باکمال اداکار اپنی خطابت، شاعری، اور کمال فن سے ہزاروں، لاکھوں کے مجمع کو تنویم زدہ کر کے اس مجمع سے ہر کام لے سکتے ہیں۔ جب آپ معمول کی ناک کی جڑ پر نظریں جا کر اپنی ترغیبات کے ذریعہ اسے تنویمی حالت میں لے آئیں تو اس سے کہیں کہ وہ اپنی آنکھیں جھبکالے۔ وہ آنکھیں جھبکانے کے باوجود یہ محسوس کرنا ہے گا کہ آپ اس کو تنگ لے رہے ہیں۔ اور وہ آپ کی



مقتضیٰ نظروں کی گرفت میں ہے۔ حالانکہ آپ کی نظریں اس پر لگی ہوئی نہیں ہیں۔ ذہن نشین کر لیجئے کہ انسان کی جبلت میں بنیادی طور پر دو قسم کے خوف بیٹھے ہوئے ہیں۔ (۱)، گرنے کا خوف اور (۲)، شور و غل سے ڈرنا! نوع انسانی کے آباء و اجداد کی زندگی خوف لی اتہی دو صورتوں کی چھاؤں میں بسر ہوتی رہی ہے۔ طرح طرح کے خوف اسی بنیادی جبلت سے پیدا ہوتے ہیں۔ آپ نے دیکھا ہوگا کہ عالم جذبات میں کس طرح انسان کا جسمانی نظام ذہن کا تاثر قبول کرنا ہے۔ مثلاً خوف میں لرزے لگنا۔ چہرہ زرد پڑنا۔ شرم سے منہ لال اور غصے میں آگ بھڑکا ہونا۔ اس قسم کے بے قابو جذبات کو تنوہی عمل کے ذریعہ فرمانبردار بنایا جاسکتا ہے۔ مختصراً یہ کہ تنزیم کاری کے چند اصول خصوصیت کے ساتھ قابل لحاظ اور قابل عمل ہیں۔ (۱)، معمول پر تنوہی کیفیت پیدا کرنے کے لئے ترغیبی فکروں کو پے در پے دہرایا جائے۔ (۲)، یہ ترغیبیں حسب ضرورت اور موقع کی مناسبت کے پیش نظر اکٹا لینے والی اور ٹھکانے والی آوازیں دہرائی جائیں۔ (۳)، لیکن بعض معمول تکان پیدا کرنے والے ہلچے سے بیزار ہو جاتے ہیں۔ انہیں نرم دشیریں اور دل نشین لہجے میں سوجانے کی ترغیب دی جائے۔ (۴)، بعض معمول ہلچے سُرور والی موسیقی سے غنودگی کے عالم میں آجاتے ہیں۔ انہیں ترغیبات دینے کے ساتھ اس قسم کی موسیقی کے ریکارڈ سنائے جائیں (۵)، تنوہی عمل کے لئے عامل اور معمول دونوں کے لئے کامل ذہنی اور جسمانی سکون ضروری ہے۔ (۶)، تنوہی حالت میں معمول کا بے خبر اور غافل ہو جانا مفید نہیں۔ اسے دماغی طور پر فعال اور بیدار ہونا چاہیے

ناک ترغیبی فخر و کبر کو قبول کر سکے، وہ، عامل تنویم کی نظر معمول کی ناک کی جڑ پر ہے۔ (۸) بیداری کی ترغیب میں تہذیب بھی شامل ہو کہ تم بیدار ہونے کے بعد اپنے کو شگفتہ اور بشارت محسوس کرو گے۔ یہ بھی ممکن ہے کہ آپ تنویمی نیشہ کے عالم میں معمول کو اس امر کا پابند کر دیں کہ وہ فلاں لفظ مثلاً سورج یا فلاں اشیاے مثلاً کھانسنے کی آواز پر تنویمی حالت میں آجائے گا تو یقین کیجئے کہ جب بھی آپ اس کے سامنے سورج کا لفظ ادا کریں گے یا کوئی ایسا اشارہ کریں گے جس سے سورج کا مفہوم پیدا ہو یا سورج کی تصویر دکھا ہوں گے یا کھانسیں گے۔ اس پر تنویمی کیفیت طاری ہو جائے گی۔ انہیں پوسٹ ہیناٹک سمیشنز کہتے ہیں۔ یعنی وہ ہدایات و ترغیبات جن پر معمول کو مستقبل میں عارضی طور پر یا مستقل عمل کرنا ہو

## الفاظ کا جادو

فارسی کا کیا دکھش اور دل کشا شعر یاد آیا؟  
ہر کس نہ شناسندہ راز است و گرنہ  
ایں ہا ہم راز است کہ معلوم عوام اسٹ

یعنی ہر شخص قدرت اور کائنات کے بھیدوں سے واقف نہیں  
و نہ حقیقت یہ ہے کہ عوام جن چیزوں کو بخوبی جانتے ہیں۔ وہ بھی  
"راز" ہیں۔ یعنی وہ بھی ایک بھید کی حیثیت رکھتی ہیں۔ مثلاً الفاظ الفاظ  
ہمارے لئے ہوا اور غذا سے زیادہ قیمتی ہیں۔ اگر ہم سے "الفاظ چھین  
لئے جائیں۔ تو ہم پتھر کے بت بن کر رہ جائیں۔ ہم ہر چیز کو استعمال  
کرنے سے قبل کوئی لفظ استعمال کرتے ہیں۔ جس چیز کو توچ کہتے ہیں

وہ دراصل لفظ ہے لفظ کے بغیر ہم کسی چیز کو سوچ ہی نہیں سکتے۔ تو گویا لفظ حیات انسانی کا بنیادی منظر اور اساسی اثاثہ ہے اس کے باوجود ہم پوری طرح الفاظ کے جادو سے واقف نہیں۔ صرف ایک لفظ ہمارے ذہن میں خیالات کے طویل سلسلوں اور جذبات کے نہ ختم ہونے والے رشتوں کو متحرک کر دیتا ہے۔ تنزیم کاری کا پورا جادو لفظ کے سحر سے عبارت ہے۔ ترغیبات کیا ہیں۔ الفاظ! گویا یہ پورا کھیل

لفظوں کا ہے۔ ہنس الیوب کراچی لکھتی ہیں کہ کبھی کسی سے نہیں ہوتی میں آپ سے جتنی متاثر ہوتی ہوں۔ کبھی کسی سے نہیں ہوتی آپ کے مضامین کا مطالعہ بڑے شوق اور لگن سے کرتی ہوں روزنامہ جنگ (شمارہ ۱۳ اگست ۱۹۷۳) میں آپ کا ایک مضمون، الفاظ کا جادو نظر سے گزرا۔ بڑھا تو بہت دلچسپی سے مگر داغ نے وہ سب کچھ ماننے سے انکار کر دیا۔ جس پر آپ نے اس مضمون میں بطور خاص زور دیا تھا۔ ۹ ستمبر ۱۹۷۳ء کے جنگ میں شوکت حسین نامی ایک بزدل کا تجربہ نظر سے گزرا۔ آپ نے پیٹ کی بیماریوں پر بطور خاص زور دیتے ہوئے لکھا تھا کہ "امراض شخم کا براہ راست تعلق ذہن سے ہوتا ہے۔ یہ اتنی جسمانی نہیں ہوتیں جتنی ذہنی اور نفسیاتی ہوتی ہیں۔" میں ان دنوں پیٹ کی تکلیف میں مبتلا تھی اس تکلیف کو تین ماہ گزر گئے تھے۔ علاج برابر جاری تھا۔ مگر نہ کوئی فرق تھا نہ افاقہ! سخت پریشان تھی۔ پہلے ہی میرا وزن کم تھا اس تکلیف کے سبب وزن میں اور پانچ پونڈ کی کمی ہو گئی جب کہ میں ان دنوں بڑے شوق سے اپنا وزن بڑھانے میں مصروف تھی۔

کہ آخر آپ کے الفاظ ریپٹ کی سیاریاں اتنی جسمانی نہیں ہوتیں جتنی ذہنی ہوتی ہیں، نے مجھ پر جادو کا اثر کر دیا۔ اور میں نے اسی دن سارے دس بچے رات سے یہ فقہ دہرانا شروع کر دیا کہ میرا پیٹ ٹھیک ہو رہا ہے۔ اور میں صحت مند ہو رہی ہوں۔ یہ فقہ میں نے اتنی بار دہرایا کہ سر میں درد ہونے لگا۔ پھر میں نے اپنے کو یہ ترغیب دینی شروع کی کہ جب میں صبح اٹھوں گی تو پیٹ ٹھیک ہو چکا ہوگا۔ محترم رئیس صاحب آپ کو یہ سن کر حیرت ہو گی۔ کہ صبح جاگی تو پیٹ بالکل ٹھیک تھا، افسے الفاظ کا جادو!

شمس الدین شمس (لائل پور) اپنے مکتبہ (۱۵ جولائی ۱۹۷۷ء) میں رقمطراز ہیں کہ

میرا معمول جماعت نہم کا ایک حسّس طالب علم ہے۔ میں جب تنوی اذنگھ کے عالم میں اس سے سوال کرتا ہوں تو وہ بعض اوقات تو دور دراز کی اشیاء کے بارے میں صحیح صحیح کیفیت بتاتا ہے۔ اور بعض اوقات صحیح بناتے بنتے غلط گوئی پر اُتر آتا ہے۔ رہ نمائی فرماتے ہیں کہ اب کیوں ہے؟ دوسرا مسئلہ جواب طلب یہ ہے کہ تنویم کاری کے عمل کے متعلق ماہرین ہیناٹرم کی آرائیں اختلاف پایا جاتا ہے۔ بعض کہتے ہیں کہ معمول کی ناک کی جڑ رابر ووں کے درمیان گھورنا اور پاس کرنا کافی ہے اور بعض صرف "ترغیب" کو کافی سمجھتے ہیں اور کہتے ہیں کہ ترغیبی فقہ مسلسل دہرانے سے بھی معمول پر غنودگی کی حالت طاری کی جاسکتی ہے میرا ذاتی تجربہ یہ ہے کہ جب تک معمول کی ناک کی جڑ پر توجہ نہ کروں وہ استغراق میں نہیں آتا۔ ہاں مجھے یہ بھی احساس ہوتا ہے کہ

جب میں معمول پر پلک چھپکا تے بغیر نظریں جما دیتا ہوں تو آنکھوں سے روشنی کی شعاع کی نکلتی ہے۔ جسے ایکٹرونز در برق پائے، بہہ رہے ہوں۔ جب وہ شعاع نور نکلتی ہے۔ تو گرد و پیش اندھیرا چھا جاتا ہے۔ روشنی کی وہ بیکر اس نقطہ توجہ پر پہونچ کر ختم ہو جاتی ہے جس پر میری نگاہیں جمی ہوئی ہوتی ہیں۔ خیال یہ ہے کہ میری قوت ارادی شعاع نور کی صورت میں نکل کر معمول پر اثر انداز ہوتی ہے۔ اور اس کے زیر اثر معمول عالم استغراق میں آ جاتا ہے۔ لیکن اگر گھورنے اور پاس کرنے کے ساتھ اسے یہ ہدایت بھی دوں کہ تمہیں نیند آرہی ہے۔ تو اس پر تنزیہی کیفیت طاری نہیں ہوتی۔ پھر ساری محنت اکارت ہو جاتی ہے۔ اس امر کی وضاحت ضروری ہے کہ جب تک میری آنکھوں سے روشنی کے دائرے نکل نکل کر اسکی پیشانی کی طرف جاتے ہیں۔ معمول کی کیفیت استغراق قائم رہتی ہے۔ اور جونہی روشنی کا اخراج بند ہو جاتا یعنی میرا ذہن تھک جاتا ہے۔ معمول تنزیہی اثر سے آزاد ہو جاتا ہے۔ تیسری پیچیدگی یہ ہے۔ کہ اگر پاس کرتے وقت میرا سایہ معمول پر پڑ جاتے تو یعنی تنزیہم میں رکاوٹ پڑ جاتی ہے۔ اور معمول پر کوئی اثر نہیں ہوتا یعنی میری پرچھائیں تنزیہم کاری میں رکاوٹ بن جاتی ہے۔ پاس کرتے وقت اب یہ حال ہے کہ سائے جسم میں مسلسل سناہٹ ہوتی رہتی ہے خاص طور پر پاؤں اور ٹانگوں میں کسنی کا احساس شدید ہوتا ہے ایک ہینارٹ نے بتایا کہ یہ مفناطیسی قوت ہے جو تمہاری رگ رپے میں دھڑک رہی ہے۔ البتہ ہاتھوں کی مٹھیاں بند کر لینے سے مفناطیسی قوت کا اخراج رک جاتا ہے۔ یہ بھی عرض ہے کہ میں اس مفناطیسی قوت سے

کام لے کر بہت سے چھوٹے چھوٹے علاج کر لینا ہوں۔ شمس الدین شمس نے جس مقناطیسی قوت کا ذکر کیا ہے۔ یہ نہ صرف عمل تنہیم (توجہ کو ایک نقطہ پر مرکوز کر لینے) سے پیدا ہوئی ہے بلکہ سس کی مشیت اور مراقبہ (ایک نقطہ پر تصور کا جماؤ) بھی اس قوت کی بیداری اور تحریک میں سرگرم حصہ لینا ہے۔ کوئی سو فیصدی سائنسی ثبوت تو موجود نہیں البتہ ہر شخص کا مشاہدہ اور تجربہ یہ ہے کہ مضبوط ارادہ رکھنے والے انسانوں میں عجب قسم کی قوت مقناطیسی پائی جاتی ہے۔ بے شک ارتکاز توجہ معمول کی پیشانی یا آنکھوں کو ایک جھپکائے بغیر گھورنا، کے سبب عامل تنہیم کی آنکھوں سے قوت کی ایک لہر جاری ہوتی ہے۔ اور معمول پر اثر انداز ہوتی ہے۔ لیکن اگر عامل کا ارادہ کمزور اور ہپس و پیش کے عالم میں مبتلا ہے۔ تو یا معمول پر تنویمی بنید طاری نہ ہوگی۔ یا بہت جلد ختم ہو جائے گی۔ شمس الدین اسی حالت سے دوچار ہیں۔ انھوں نے اپنی آنکھوں سے روشنی کے اخراج کا ذکر کیا ہے۔ یہ وہی روشنی ہے جو مقناطیسی کیفیت لئے ہوئے ہے۔ لوگ ہیں اس کو "کنڈالنی شکتی" کہا گیا ہے شمس الدین شمس نے لکھا ہے کہ کبھی کبھی ان کا معمول دور دراز فاصلے پر روزنا ہونے والے واقعات (اور اشیاء) کی صحیح طور پر تصویر کشی کر دینا ہے۔ اور بھی کبھی غلط بیانی پر اتر آتا ہے۔ یا پچ بولتے بولتے جھوٹ بولنے لگتا ہے۔ ایسا کیوں ہے۔ اس کا سبب یہ ہے کہ آدمی حالت تنہیم میں ہو یا کامل بیداری کی حالت میں! وہ جب بھی کسی واقعہ کی تفصیل بیان کرنا ہے تو دانستہ نہیں، نادانستہ طور پر ہی کہی۔ خود بیان کرنے والے کے رجحانات میلانات اور ذاتی تاثرات اصل واقعہ میں شامل ہو جاتے ہیں۔ بیان کا یہ

حصہ جو بیان کرنے والے کا ذہن اور تخیل حقیقت واقعہ میں شامل کر دینا ہے۔ ابدی طور پر غلط ہونا ہے۔ بعض معمول اپنا بھرم قائم رکھنے اور عامل کو خوش کرنے کے لئے بعض پچیدہ سوالات کے جوابات اپنی طرف سے گھڑ کر پیش کر دیتے ہیں۔ تاکہ عامل نے معمول پر جو بھروسہ کیا ہو وہ مجروح نہ ہو۔ اور اسے نالائق نہ قرار دے دیا جائے۔ اور پھر ذہن انسانی تو ڈرامہ ساز ہے ہی! خود تنوہی عمل بعض اعتبارات سے ڈرامہ سازی ہے۔ اس ڈرامے میں معمول بھی اپنے کردار کو اتنی ہی تیرت ایگزیکٹو سے ادا کر رہا ہے۔ جتنے تعجب ناک طریقے پر عامل اپنے فرائض انجام دیتا ہے۔ بہر حال یہ طے ہے کہ ایسے معاملات میں معمول یا روحانی وسیط ریڈیم جس کے ذریعہ ارواح کو طلب کر کے سوال جواب کئے جاتے ہیں، ڈرامہ ضرور کرنا ہے۔ عامل کو ان تمام نزاکتوں سے باخبر رہنا چاہیے۔

بعض تنوہم کار معمول کو حالت استغراق میں لا کر اسے حکم دیتے ہیں کہ فلاں شہر میں جا کر دیکھو کہ وہاں کیا ہو رہا ہے۔ یا فلاں شخص کیا کر رہا ہے۔ یا فلاں شے کس حالت میں ہے؟ اور معمول اکثر مواقع پر دروازہ فاصلوں پر واقع ہونے والے واقعات اشخاص اور اشیاء کے بابے میں صبح اور جسنہ معلومات بہم پہنچا دیتا ہے۔ اس غیر معمولی واقعہ (خارق العادات یا سپرنارمل) کی تشریح کس طرح کی جائے گی؟ ایک نکتہ فوریہ ہے کہ ذہن انسانی لازمانی اور لامکانی ہے یعنی وہ بیک وقت ہر واقعہ سے جو پیش آچکا ہے۔ پیش آ رہا ہے اور پیش آئے گا۔ یعنی ماضی حال و مستقبل سے خبردار ہے۔ اور کسی کے ساتھ اس لئے ہر جگہ موجود ہے۔ خواہ وہ جگہ شمال میں واقع ہو یا جنوب میں۔ مغرب یا میں مشرق میں۔ مرتج میں ہو

یا زمین پر! انسانی ذہن نہ کسی فاصلے کا پابند ہے نہ مکان کا کیونکہ قدرت کے یہ دونوں منظر (مکان اور زمان) خود ذہن انسانی نے اپنی آسانی فہم و ادراک کے لئے فرض کرتے ہیں۔ دوسری توجیہ یہ ہے کہ انسانی کے ظاہری جسم کے ساتھ ایک اور لطیف جسم نحتی ہوتا ہے۔ رگڑاچی کی متبذل اصطلاح میں گدھے کے ساتھ بیخ، جسے جسم مثالی یا جسم نوری کہتے ہیں۔ نوری و ظاہری اجسام ایک نفرتی رشتہ کے ذریعہ ایک دوسرے سے پیوستہ ہوتے ہیں۔ بیداری کے عالم میں شعور ان دونوں جسموں کو ایک دوسرے سے وابستہ رکھتا ہے البتہ جب دماغ پر نیند طاری ہوتی ہے تو جسم مثالی کو اس حد تک آزادی نصیب ہو جاتی ہے کہ وہ زمان و مکان میں جہاں جی چاہے سفر کر سکے۔ ناہم اس سفر میں بھی وہ نفرتی رشتہ دونوں جسموں کو ایک دوسرے سے الگ نہیں ہونے دیتا۔ یہ صرف مقراض اجل ہے۔ جو اس رشتہ کو قطع کر دیتی ہے۔ اور جسم ظاہری خاک کی طرف اور جسم نوری عالم نور کی طرف محو سفر ہو جاتا ہے۔ پہنچی وہیں پہ خاک جہاں کا خیر تھا! تنویمی نیند میں جب معمول کو حکم دیا جاتا ہے کہ وہ فلاں جگہ جا کر دیکھے کہ وہاں کیا ہو رہا ہے۔ تو جسم ظاہری نہیں۔ کیونکہ وہ تو بستر دراز ہوتا ہے، جسم نوری اس حکم کی تعمیل کرنا ہے مقصود احمد سیالکوٹ، رقمطراز ہیں کہ

معمول کی عمر تقریباً اکیس یا بیس سال کی ہے گاؤں کا بننے والا ہے۔ تقریباً اٹھویں جماعت تک پڑھا لکھا ہے۔ کچھ گھریلو محبوریوں کی بنا پر ہمارے یہاں ملازم ہوا۔ اس کا نام محمد اقبال ہے۔ قوم راجپوت ہیں اسے صرف تین مرتبہ ہینا ٹاٹزد "کر سکا ہوں۔ تنویم کاری کا طریقہ وہ ہے جو آپ نے اپنی کتاب (ہینا ٹرم جلد اول) میں لکھا ہے۔ میری زیرنگرانی



اس وقت تین چار لڑکے "التسبیح" (نقطہ بینی) کی مشق کر رہے ہیں۔ ان میں سے ایک کو "نقطہ" (سیاہ دھبے) میں سے روشنی نکلتی نظر آتی ہے۔ اور سیاہ نقطہ رفتہ رفتہ جھگگانے لگتا ہے۔ بیچاے کو سخت گھبراہٹ محسوس ہوتی ہے۔ شدید گرمی لگتی ہے مگر جب ہدایت نقطہ بینی (التسبیح) میں مصروف ہے۔ دوسرے صاحب بحالت استغراق کراچی کی سیر کر چکے ہیں۔ حالانکہ خواب تک کراچی نہیں گئے۔ میں نے کراچی کے بابے میں باغ سوال پوچھے۔ بالکل صحیح خواب دیتے۔ تیسرے صاحب، "سیلف ہینا ستر" (خود تنویمی) کی مشق کر رہے ہیں۔ اور ایک حد تک ان کے والد بھی، تنزیہ کاری سے واقف ہیں۔ اور یہ ان سے وقتاً فوقتاً ہدایت لینا رہتا ہے۔ اول الذکر اور آخر الذکر کو ساتھ ساتھ "ہینا ستر" کر رہا ہوں۔ انہوں نے بہت سے مقامات کی سیر کی۔ مدینہ منورہ گئے۔ روضہ مبارک پر جا کر دعا مانگی۔ دیدار ہوا۔ پہلے فرمایا۔ چلا جا۔ پھر فرمایا۔ آجا۔ تھپکی دی۔ تین انگلیاں اوپر اٹھاتیں۔ پھر فرمایا۔ "انظاہر و باطن" سلام کر کے واپس آگئے پھر جمبیر شریف گئے۔ وہاں آداب بجالاتے۔ دیکھا کہ جنات قرآن خوانی کر رہے ہیں۔ ایسی خوشبو سونگھی جس سے آج تک واسطہ نہ بڑھا تھا۔ اور بہت سے سوالات کتے گئے جن کے جوابات حرف بہ حرف صحیح تھے پچھلے دنوں آخر الذکر معمول پر تنویمی نیند طاری کر کے آپ کے پاس بھیجا میں نے آپ کی تصویر اسے دکھائی۔ اور کہا کہ کراچی جا کر ان صاحب سے ملو اس نے آپ سے عمل تنویم کی اجازت چاہی۔ تو آپ نے اسے دیدی! یہ ہے مقصود احمد سیالکوٹ کا بیان! ان کے معمول کا یہ بیان کہ میں نے کراچی جا کر رہیں امروہی سے تنویمی عمل کی اجازت مانگی۔ اور انہوں

نے لجا کر دیدی محض ڈرامہ ساری ہے۔ کیونکہ نہ میرے پاس کوئی آیا اور نہ میں نے  
 کسی کو عمل تنزیم کی اجازت دی! پاکستان میں ہینا ٹرم ہوز، جادو لٹنے  
 اور سحر و سحر کی زنجیر تو ہم سے آزاد نہیں ہوا۔ لیکن یورپ اور امریکہ  
 میں اس فن کا باضابطہ مطالعہ اور تنزیہی مظاہر کا سہنی نقطہ نظر سے  
 تجزیہ کیا گیا ہے۔ اب تک ان موضوعات پر انگریزی، فرانسیسی، ہسپانوی  
 اور جرمن زبان میں صد ہا نہیں، ہزاروں مطالعہ افروز کتابیں طویلے  
 یادداشت اور بڑی محنت اور سخت احتیاط سے مرتب کی ہوئی۔ رپورٹیں  
 شائع کی جا چکی ہیں۔ اور حسب ذیل موضوعات سے سیر حاصل بحث کی گئی ہے۔

- ۱۔ فن تنزیم کا تاریخی جائزہ
  - ۲۔ تنزیم کاری کیا ہے؟
  - ۳۔ تنزیم کاری کی تکنیک
  - ۴۔ تنزیہی مظاہر
  - ۵۔ ترغیبات مابعد التنزیم رپورٹ ہینا ٹک سبیشنز
  - ۶۔ خود ترغیبی اور خود تنزیہی
  - ۷۔ دوسری شخصیت اور خود تنزیہی
  - ۸۔ روحیت سے تعلق رکھنے والے مظاہر
- PSYCHIC PHENOMENA
- ۹۔ روشنی ضمیری اور غیب دانی
  - ۱۰۔ ٹیلی پتھی کسی مادی واسطے کے بغیر دوزہنوں کا رابطہ
  - ۱۱۔ حضرات ارواح اور تنزیم
  - ۱۲۔ تنزیم اور ناسخ (آواگون)

۱۳۔ تنویم اور حبرائیم  
آئیے اب مختصر ان موضوعات پر علم و تحقیق کی روشنی میں گفتگو کریں!

## نارنجی پس منظر

اگرچہ "ہینا ٹرم" کی اصطلاح ۱۸۴۳ء میں ایجاد ہوئی ہے مگر تنویم کاری کا فن بجا سے خود انشا ہی قدیم ہے جتنا انسان اور اس کی معاشرتی تاریخ! قبل از تاریخ ہمد کے جادوگر کاہن اور مذہبی رہنما اس فن سے بخوبی واقف تھے۔ اور وہ اپنی مذہبی اور معاشرتی ریموں میں کسی نہ کسی انداز سے تنویمی کمالات کا مظاہرہ کیا کرتے تھے۔ ابتدائی قبیلوں کی معجز نما شفا بخشی۔ مقدس ہند، پیش گوئیاں اور اہم سب اس قوت کے کرشمے تھے۔ برکوچک ہندوپاک کے لوگی اور فیقر اور ایران کے موبد راتش پرستوں کے پیشوا، اپنے اوپر خود تنویمی کی کیفیت طاری کر لیتے تھے اور مریضوں کو شفا بخش دیتے تھے یوگیوں کی جھاڑھونک بھی درحقیقت ایک قسم کا تنویمی شعبہ ہی تو ہے۔ پندرہ سو سال قبل مسیح رساڑھے تین ہزار سال پہلے مصری کاہن ہاتھ کے پاس رہا تھ پھرنا، کے ذریعہ جسم کے مادن اعضا پر ہاتھ پھر کر نئی زندگی پیدا کر دیتے تھے۔ عبرانی اور سحی معالج بھی ہینا ٹرم کے ذریعہ لوگوں کا علاج کرتے تھے۔ اور مصری مندروں میں تنویمی طریق علاج عام تھا۔ اور یونان و روم کے مذہبی پیشوا بھی اس طریق شفا بخشی سے ناواقف نہ تھے یعنی یہ مریض کو تنویمی نیند کے عالم میں لا کر اسے شفایابی کی ہدایت دیتے۔ اور مریض بھلا چنگا ہو جاتا۔ بابائے طب بقراط کا قول ہے کہ جب میں اپنے مریض کے جسم کو سہلانا ہوں تو مجھے ایسا

لگتا ہے۔ کہ گویا میسر ہاتھوں سے کوئی نا دیدہ برائے اسرار طاقت نکل کر مریض کے جسم میں داخل ہو رہی ہے اور اسکے جسم کے بیمار حصے از سر نو ترو تازہ ہو رہے ہیں۔ بقراط کے قول کی روشنی میں کہا جاسکتا ہے کہ جس طرح متعدی بیماریاں ایک جسم سے دوسرے جسم میں نفوذ کر جاتی ہے۔ اسی طرح روح حیات اور صحت و توانائی کی لہریں بھی ہاتھ کی انگلیوں کے تماس یعنی چھونے سے دوسرے مریض کے جسم میں داخل ہو کر اسے شفا بخش دیتی ہیں محدث سائنسدانوں نے تو خود حضرت مسیح علیہ السلام تک کے معجزات شفا بخشی کو تنزیہی اثرات پر محمول کیا ہے۔ کیا خوب؟

ناوک نے تیسرے صدیء چھوڑا زمانے میں

ترپے ہے مرغِ قتلہ نما آشیانے میں

شیخ الرئیس بوعلی سینا کا تجربہ ہے کہ ذہن پوری قوت کے ساتھ جسم پر اثر انداز ہوتا ہے۔ نہ صرف اپنے جسم پر بلکہ دوسرے اجسام بھی اس سے متاثر ہوتے ہیں۔ چاہے وہ کتنے ہی فاصلے پر کیوں نہ ہوں شیخ الرئیس کے الفاظ میں اس قوت کے استعمال سے نہ صرف دوسروں کو شفا بخشی جا سکتی ہے۔ بلکہ انہیں بیمار بھی ڈالا جاسکتا ہے ایک اور فلاسفر

(DAMPONATUS) بوعلی سینا کے قول کی نائید مزید کرتے ہوئے لکھتا

ہے کہ وہ قوت جو مریضوں کو شفا بخشی ہے صرف تصور اور ارادے کی قوت

ہے چھٹی صدی عیسوی میں پرسس (PERACCLUSUS) پر محض اس

لئے کلیسا نے مقدمہ چلایا کہ وہ اصرار کرنا تھا کہ امراض اور صحت صرف ذہن

کا کرشمہ ہے۔ اور یہ کہ ذہنی قوت اچھے بھلے آدمی کو بیمار اور مرتے ہوئے

کو صحت بخشی سکتی ہے۔ اگرچہ اہل کلیسا خود بیماریوں کے علاج میں اس نظریہ

اور طریقے پر عمل کرتے تھے۔ ماہم انہیں پسند نہ تھا کہ کلیسائی حلقے سے باہر کوئی شخص روحانی علاج کا دعوے کر سکے۔ صدیوں تک انگلستان اور فرانس کے بادشاہوں کو خدائی طاقت کا دعویٰ رہا۔ لوگوں کا عقیدہ یہ تھا کہ اگر بادشاہ اپنے دست مبارک سے انھیں چھو لے، تو وہ صحت یاب ہو جائیں گے۔ اسے وہ ”رائل ٹچ“ کہتے تھے اور ”رائل ٹچ“ کی تقریب کے موقع پر شاہانہ مذہبی رسمیں ادا کی جاتی تھیں۔ تاریخی واقعہ ہے کہ ڈاکٹر جاسن کو اس غرض سے لندن لایا گیا کہ ملکہ عالیہ انھیں چھو کر صحت یاب کر دیں۔ ۱۶۷۱ء میں آئرلینڈ کا ولنٹائن گریٹ ریجس ایک مشہور روحانی معالج تھا اس کا بیان ہے کہ امراض خبیثہ روحیں پیدا کرتی ہیں اور یہ کہ خدا نے اسے یہ قوت دی ہے کہ وہ ارواح خبیثہ کو ہر امر مریضوں کو شفا بخش سکے۔ وہ مریضوں کے جسموں پر ”پکس“ کرنا تھا۔ کہا جاسکتا ہے کہ اس نے ”پکس“ کے ذریعہ ہزاروں بیماریوں کو تندرست کر دیا۔ اس عہد کے مشہور سائنس دانوں خصوصاً رابرٹ بوائل نے ولنٹائن گریٹ ریجس کا امتحان لیا۔ اسے مریضوں کا معائنہ کیا۔ اور گریٹ ریجس کے دعوے کی رک خدانے اسے شفا بخشی کی قوت دی ہے، تصدیق کر دی۔ اٹھارویں صدی کے وسط میں ایک پادری ”جان گیسز“ نے اس طریق علاج کا دعوے کیا۔ وہ بھی گریٹ ریجس کی طرح۔ روحانی شفا بخشی کا مدعی تھا اور وہی طریقے اختیار کرنا تھا جو اس سے قبل دراصل تنزیمی عامل اور ربط ہر روحانی معالج استعمال کرتے ہیں۔ جان گیسز کا بیان تھا کہ آپسی اثرات کے سبب بیماری پیدا ہوتی ہے۔ اسکی منتر خوانی سے حیثیت روحیں بھاگ جاتی ہیں۔ اور بیمار تندرست ہو جاتا ہے۔ اس طریقے سے جان گیسز نے دس ہزار

سے زیادہ بیماریوں کو شفا بخشی! گیسٹر کا خیال تھا کہ اسکی ذہنی قوت مریضوں کے اعصابی نظام پر اثر انداز ہو کر انہیں صحت بخش دیتی ہے۔ اٹھارویں صدی کے آخر میں وان ہلمٹن نے اس موضوع پر سنجیدہ تحقیقات شروع کی اور اس نتیجے پر پہنچا کہ انسانی جسم سے ایک حیات بخش سیال مادہ نکلنا ہر اور وہ قوت ارادہ کی مدد سے مرض کا قلع قمع کر دیتا ہے۔ وان ہلمٹن کا بیان ہے کہ یہ حیرت انگیز معجزہ نامادہ ہر جگہ موجود اور کار فرما ہے۔ البتہ وہ لوگ جو نئی دریافت کو شیطان کی طرف منسوب کر دیتے ہیں۔ وہ اس کی قوت کو سمجھنے سے قاصر رہتے ہیں۔ ایک سو برس تک پھر تحقیقات کا سلسلہ بند ہو گیا۔ البتہ مئی ۱۸۴۵ء میں ایک ایسا واقعہ نمودار ہوا۔ جس نے اس پراسرار طریق علاج کے بارے میں ایک سائنسی نظریہ اختراع کیا۔ اور MESMERISM کے نام سے ایک نئی سائنس وجود میں آگئی۔ اگرچہ مسمر کو ایک جیومیٹریٹ اسکول میں پادری بننے کی تعلیم دی گئی تھی۔ مگر ابتدائی سے اس کا رجحان، ریاضیات، طبیعیات اور علم ہمتیت و نجوم کی طرف تھا۔ اس رجحان کی بناء پر مسمر طب کی طرف رجوع ہو گیا۔ اور آخر اس نے ویانا (آسٹریا) کے طبی مدرسے (میڈیکل اسکول) سے طب کی سند حاصل کر لی۔ ۱۸۴۵ء میں فرانز انٹون مسمر کو اس کے مقالے

DE PLANETARIUM INFLUX پر ڈاکٹری کی ڈگری ملی

اس مقالے میں یہ دعوے کیا گیا تھا کہ کائنات میں ایک سیال مقناطیسی مادہ پھیلا ہوا ہے۔ جو ذہن اور جسم دونوں پر اثر انداز ہوتا ہے۔ اگر جسم انسانی میں اس مادے کا توازن بگڑ جاتے تو آدمی بیمار پڑ جاتا ہے۔ مسمر کے اس نظریہ نے طبی اور علمی حلقوں میں بڑی دلچسپی پیدا کر دی۔ اور جیومیٹریٹ فرقے کا

ایک پادری (HE HI) جو دیانا یونیورسٹی میں استاد شعبہ نجوم، مونس کے علاوہ  
 ملکہ میر باہتھریا کا درباری منجم بھی تھا۔ مسم کے خیالات و بیانات سے محو ہو گیا  
 اس پادری کا خیال تھا کہ اس مقناطیسی قوت کو شفا سے امراض کے لئے استعمال  
 کیا جاسکتا ہے۔ نیز یہ کہ اگر انسانی جسم کے مختلف اعضا کی شکل درشل ہاتھ پاؤں  
 وغیرہ، کے مقناطیسی اجزاء بنائے جائیں تو وہ مقناطیسی اجزاء اپنے ہم شکل  
 اعضا کو معجزہ نما طریقے پر شفا بخش دیتے ہیں۔ چنانچہ پادری نے چند مقناطیسی  
 ٹکڑے مسم کو دیئے اور مسم نے اسکی مدد سے اپنے ایک مریض کا ایسا معجزہ منا  
 علاج کیا کہ اسے خود اپنے اس نظریے کی صداقت کا یقین ہو گیا کہ کائنات  
 میں جو مقناطیسی توانائیاں پھیلی ہوئی ہے اس کے ذریعہ مریضوں کو شفا بخشی  
 جاسکتی ہے۔ بعد ازاں انٹون مسم پر انکشاف ہوا کہ شفا بخشی کے سلسلے میں  
 مریض کے جسم پر ہاتھوں سے پاس کرنا بھی اتنا ہی مفید ہے جتنا مقناطیس  
 کا استعمال۔ چنانچہ اس نے حیوانی مقناطیس کا نظریہ پیش کیا۔ اور دعویٰ  
 کیا کہ وہ اپنے ہاتھ کے پاس سے مریض کے جسم میں اس مقناطیسی توانائی کو  
 جو رفع امراض کا سبب ہے۔ داخل کر کے بیمار کو تحسن بخش کر سکتا ہے۔  
 یہی نہیں بلکہ ہر جاندار نشے کو چھو کر اسے "مقنا" (یعنی مقناطیس زدہ)،  
 کیا جاسکتا ہے۔ اور اس مقنائی ہوتی چیز سے جس مریض کو چھوا جائے گا۔  
 وہ مقناطیسی اثر سے شفا یاب ہو جائے گا۔ سرولیم پیرٹ نے حیوانی مقناطیسیت  
 کے اس دعوے پر تنقید کرتے ہوئے کہا ہے کہ ہمیں نہیں معلوم کہ انسانی  
 جسم اور ذی حیات اشیاء سے کوئی شفا بخشی برقی رونگھتی ہے یا نہیں،  
 البتہ یہ صحیح ہے کہ اس کا، مقناطیسی توانائی سے کوئی تعلق نہیں مقناطیس  
 توانائی یقینی طور پر طبی سائنس کا ایک مسلمہ ہے۔ بااں ہم مسم آج بھی اپنے

نظریہ کے ساتھ ہر جگہ نظر آتا ہے ڈاکٹر سمر نے بہت جلد شفا سے امراض کے میدان میں شہرت حاصل کر لی۔ اور اس نے جب میونخ اکاڈمی آف سائنس کے فابج زده ڈائرکٹر کو اپنے علاج سے اچھا کر دیا تو اس کی شہرت لفظ عروج کو چھونے لگی۔ پھر اس نے ایک دوسرے پروفیسر کی کمزور بنیائی کو بحال کر دیا۔ مگر حد سزا کے کمال پہنچے کیا کہیے: خود سمر کے رفقاء کار اس کے مخالف ہو گئے۔ اور انہوں نے ان نظریات کا بے تحاشا مذاق اڑایا۔ اور حکومت کو مجبور کیا کہ وہ اس طریقہ علاج پر پابندیاں عائد کرے مسمردل تنگ اور دل برداشتہ ہو گیا۔ اور دینا سے پیرس چلا گیا۔ اوروہاں بھی جلد ہی مرجع خلافت بن گیا۔ اور اس کے مقناطیسی طریقہ علاج نے اتنی کامیابی حاصل کی کہ بہت جلد پیرس اور ملک کے دوسرے حصوں میں ہزاروں مقناطیسی کلب اور مقناطیسی سوسائٹیاں وجود میں آئیں مگر ایک دیاندار اور مخلص انسان تھا۔ بحث یہ نہیں کہ اس کا نظریہ سائنسی اعتبار سے غلط تھا یا صحیح۔ وہ عمر بھر اس بات کی کوشش کرتا رہا۔ کہ علمی حلقہ سمر کے طریقہ علاج کا سائنسی مطالعہ کر کے کوئی رائے قائم کرے آخر سمر کے مخالفین کی کوشش سے ایک تحقیقات کمیشن مقرر ہوا۔ اس نے سمر کو اپنے طریق کار کا مظاہرہ کرنے کی اجازت نہیں دی بلکہ دوسرے لوگوں کی رپورٹوں اور بیانات کی روشنی میں ایک رپورٹ مرتب کر کے سمر کے دعوے کو غلط قرار دیدیا۔ حیرت ناک امر یہ ہے کہ یہ کمیشن فرانس کے بادشاہ (KING LOUIS XVI) کے حکم سے قائم کیا گیا تھا اور بادشاہ خود "راتل پٹج" کے ذریعہ ہزاروں مرصیوں کا علاج کر چکا تھا جن میں صرف پانچ شفا یاب ہوئے تھے۔ فرانسیسیوں کے طرز عمل سے



مالیسی ہو کر مسموم *CONSTANCE* چلا آیا۔ جہاں وہ زندگی بھر غریبوں کا علاج کرتا رہا۔ مسموم کی شہرت سن کر پروشیا کے ناچار نے اسے برلن طلب کیا۔ مگر حرمات زدہ مسموم نے شاہی دعوت قبول کرنے سے انکار کر دیا۔ تب شاہ پروشیا نے مشہور ڈاکٹر کارل والفرٹ کو مسموم کے پیس بھیجا تا کہ وہ مسموم کی باضابطہ تربیت حاصل کرے۔ بعد کو ڈاکٹر کارل والفرٹ کو برلن اکاڈمی میں فن مسموم کا استناد مقرر کیا گیا۔ اور اسی کی زیر نگرانی ایک "مقناطیسی" شفا خانہ قائم کیا گیا جس میں یورپ کے مشہور ڈاکٹر آکر اس نئی سائنس کی تعلیم و تربیت حاصل کرتے تھے۔ مسموم کا انتقال ۱۸ مارچ ۱۸۵۷ء کو ایک سو باسٹھ سال قبل کو ہو گیا۔ لیکن اس نے جس پرانے طریق علاج کو نئے انداز اور نئے نظریات کے ساتھ فرسٹ دیا تھا۔ اس کی چمک دمک ماند نہیں پڑی۔ مسموم کے شاگرد *MARQUIS DE PUYSEGUER* نے مسموم کو مزید سائنسی انداز نظر بخشا۔ اسکے استاد کا خیال تھا کہ علاج کرتے وقت جب تک مریض پر بحالی یا اعضا میں انہیں کی کیفیت طاری نہ ہو۔ شفا کا حصول ممکن نہیں مگر مارکوئیس کے خیال میں گہری نیند یا بے خودی کی کیفیت شفا یابی کے لئے کافی تھی اور یہ کہ مریض پر نیم خوابی کی کیفیت اس کے عقیدے اور ارادے سے طاری ہو جاتی ہے۔ یہ ایک قسم کی مصنوعی نیند ہے۔ اور اس حالت میں معمول یا مریض کے تصورات و اعمال کو کنٹرول کیا جاسکتا ہے۔ نیز یہ کہ مصنوعی نیند ختم ہو جانے کے بعد مریض کو قطعاً یاد نہیں رہتا کہ وہ دران خواب اس نے کیا کہا اور کیا سنا تھا۔ اس زمانے میں پرتگال کے ایک راہب *ABBE FARIA* نے ہندوستان کا سفر کیا اور وہاں سے یہ سبق سیکھ کر آیا کہ کس طرح کسی شخص پر پلک چھپکائے بغیر

نظر میں جانے سے اسے سلا یا جا سکتا ہے۔ اس راہب نے یہ بھی اعلان کیا کہ معمول پر بے خودی کی جو کیفیت طاری ہوتی ہے۔ اس کا سبب کوئی "مقناطیسی سیال" نہیں، جو عامل کے جسم سے نکل کر معمول کے جسم میں داخل ہو جاتا ہے۔ بلکہ خود مرزبیا یا معمول کے نفس میں ایک داخلی تحریک ہوتی ہے۔ جسکی بناء پر اس کا شعور معطل ہو جاتا ہے!

پھر مریم یا "حیوانی مقناطیت کی ترقی و توسیع کا خاص زمانہ" تھا۔ اور لوگ ہزار ذوق و شوق اس نئے طریق علاج کو دیکھ رہے تھے چنانچہ جرمنی میں، دینیات کے طلبہ کو ہدایت کی گئی۔ کہ وہ بھی شفا بخشی کے اس طریقے کی تعلیم حاصل کریں مگر سمرنیم کی یہی قبولیت عامہ انجام کار اس کے فروغ میں حائل ہو گئی۔ کیونکہ ہزاروں جعلی معالج باہرین سمرنیم بن کر میدان میں آ گئے تھے۔ اس صورت حال نے سائنسی انداز فکر رکھنے والے معالجہ بین کو اس طریق علاج کی طرف سے مایوس کر دیا۔ ۱۸۲۰ء میں فرانس کے مشہور ڈاکٹر الیکزینڈر برٹرانڈ نے ایک مضمون میں یہ نظریہ پیش کیا کہ حیوان مقناطیت اور سیال توانائی کے تمام نظریات غیر علمی ہیں۔ یہ صرف ترغیب کی قوت ہے۔ جو معمول پر مصنوعی نیند طاری کر دیتی ہے۔ اور ترغیب ہی کے ذریعہ معمول کے اعضا کو بے حس بنایا جا سکتا ہے۔ تاکہ وہ کسی درد و کرب کو محسوس نہ کرے۔ ڈاکٹر الیکزینڈر برٹرانڈ نے یہ بھی دیکھا عامل و معمول کے درمیان ایک نحفی رابطہ قائم ہو جاتا ہے۔ اور یہ کہ بعض حالات میں ترغیبی عمل کے ذریعہ معمول کے اندر کشف اور روشن ضمیری کی صلاحیت کار فرما ہو جاتی ہے۔ الیکزینڈر برٹرانڈ نے یہ بھی مشاہدہ کیا کہ عامل کا تصور اس کے لفظی حکم کے بجائے

معمول پر زیادہ اثر انداز ہوتا ہے۔ چنانچہ ایک مرتبہ اس نے دل میں کچھ اور خیال قائم کیا اور معمول کو الفاظ کے ذریعہ کچھ اور ترغیب دی تو معمول نے لفظی ترغیب پر عمل کرنے کے بجائے اس حکم پر عمل کیا جو اس نے الفاظ کے ذریعہ ادا نہیں کیا تھا۔ بیرن ڈی پوٹر نے فرینچ اکاڈمی کے روبرٹ بےسیرد در عمل جراثیمی کا تجربہ کیا۔ اور یہ بھی ثبوت دیا کہ معمول کتنے ہی فاصلے پر کیوں نہ ہو۔ اسے صرف قوت ارادہ سے ”مسمریزڈ“ کیا جاسکتا یعنی اس پر تنزیہی بینہ طاری کی جاسکتی ہے، فرینچ اکاڈمی کے علامہ بیرن ڈی پوٹر کے تجربہ سے بے حد متاثر ہوئے۔ اور انہوں نے مسمریزم کے بابے میں ایک ہمدردانہ رپورٹ شائع کی۔ اس رپورٹ نے ایک مرتبہ پھر مسمریزم کے طریق علاج کی ضائع شدہ ساکھ کو بحال کر دیا۔ ۱۸۳۷ء میں بیرن ڈی پوٹر نے انگلستان کا سفر کیا۔ اور انگریز ڈاکٹروں کو اس نئے طریق علاج کی خوبیاں سمجھا رہے تھے۔ مشہور برطانوی مہرجن جان ایلپٹسن (JOHN ELLIOTSON) ان بیانات سے بے حد متاثر ہوا۔ اور اس نے یونیورسٹی کالج میں مسمریزم کے ذریعہ کامیاب علاج کے کئی تجربے کئے۔ ایلپٹسن نے مسمریزم کو اعصابی امراض کے علاج اور تنخیر راعضا کو سن اور بے حس کر دینا، کے سلسلے میں سجدہ مہنہ پایا۔ لیکن انگلستان کا طبی حلقہ اس پر اصرار پر طریق علاج کو تسلیم کرنے پر تیار نہ تھا۔ چنانچہ ڈاکٹر ایلپٹسن نے عاجز آکر بطور احتجاج یونیورسٹی کالج اور اس کے ہسپتال سے استعفیٰ دیدیا۔ آخر ایلپٹسن نے اپنا ہسپتال الگ قائم کر کے تنزیہی طریقہ علاج کو رواج دینے پر اپنی ساری کوششیں مرکوز کر دیں۔ اس زمانے میں مسمریزم کی نظریات کی تبلیغ کے لئے ایک

رسالہ 2015 کا اجراء کیا گیا جس میں خب ذیل موضوعات پر خصوصیت کے ساتھ بحث کی جاتی تھی مسمریزم کے اعلیٰ مظاہر مسمریزم اور روشن ضمیری بعید ترین فاصلوں پر مسمریزم کے ذریعہ اثر اندازی مسمریزم کے ذریعہ کشف انقلب (نقائص ریڈنگ) ایلٹ سن نے اس موضوع پر جو لمبہ پیر مرتب کیا تھا۔ اس سے کلکتے میں ڈاکٹر جیس (ESDAILE) بے حد متاثر ہوئے اور انھوں نے نئے طریق علاج کے مطابق مریضوں کے ماؤف اعضا کو سن کر کے سینکڑوں کامیاب عمل جراحی کئے جس کے حیرت انگیز نتائج برآمد ہوئے۔ یعنی علیات جراحی میں ہلاکت کی شرح دس فیصد کم ہو گئی۔ بااں ہمہ پیشہ ور معالجین نے جیس ایسٹیل کو بھی نہ بخشا اور طبی رسالے LANCET نے مسمریزم اور اسکے معتقدین کا مذاق اڑانے میں کسی پس و پیش سے کام نہ لیا۔ لین سیٹ (رسالہ) کے الفاظ میں "یہ ایک چار سو بیسی کا کارڈ بار ہے جس سے آسانی اور انارڈی حکم جاہلوں کو الحق بناتے ہیں۔ سوٹیزر لینڈ کے ایک ماہر مسمریزم (LAFONTAINE) کو اٹلی میں اس نیا پر گرفتار کر لیا گیا۔ کہ یہ جادو نما طریقہ علاج حضرت عیسیٰ کے اعجاز شفا بخشی کی عیارانہ نقل ہے۔ حقیقت یہ ہے کہ پیشہ ور ڈاکٹروں کی طرح اس زمانے میں کلیسیائی حلقہ بھی مسمریزم کی مخالف میں پیش پیش تھا۔ آخر بیچلے معالج کو اس وعدے پر رہائی نصیب ہوئی کہ "آئندہ (مسمریزم) کے ذریعے) نہ وہ کسی اندھے کو بینائی بخشنے کا نہ کسی بہرے کی سماعت بحال کرے گا۔" ۱۸۸۱ء میں لوفن ٹائن (سوٹیزر لینڈ) کے ماہر مسمریزم نے انگلستان کا دورہ کیا۔ اور برعکس اپنے کمال فن کے مظاہرے کئے۔ ان مظاہروں نے مانچسٹر کے مئیر ڈسٹر جن "جیمس" کے

کو حیرت زدہ کر دیا۔ جیسے بریڈ اس ارادے سے لوفن ٹائن کے حلیوں میں شریک ہوا تھا۔ کہ وہ فریب اور فراڈ کے اس کاروبار کا پردہ چاک کرے اور خلقِ خدا کو اس ٹھگنی سے نجات دلائے۔ جیسے بریڈ مسمریزم کے مظاہر کی صداقت پر تو یقین رکھتا تھا۔ لیکن مسمر کے نظریات (حیوانی مقناطیسیت اور سببِ شفا بخشش مادہ) کا منکر تھا۔

## کلور فارم کی ایجاد

جیسے بریڈ نے بذاتِ خود مسمریزمی طریقِ علاج کے متعدد تجربے کئے۔ ان تجربات سے اسے معلوم ہوا کہ معمول پر جو کیفیت طاری ہوتی ہے۔ اور اسکی شفا یابی جس قوت کا کرشمہ ہے وہ درحقیقت ایک باطنی حالت ہے۔ جو ترغیب سے انسان کے اندر پیدا کی جاسکتی ہے اور یہ کہ ان مظاہر کا کوئی تعلق کسی مقناطیسی توانائی سے نہیں ہے۔ مسمریزم کی اصطلاح بعض حضرات کے لئے ناگوار تھی۔ جیسے بریڈ نے ہینیاٹرم کی اصطلاح ایجاد کی۔ (یونانی زبان میں نیند کو (HYPNOS) کہتے ہیں) جیسے بریڈ کا خیال تھا کہ معمول پر جو حالت بے خودی طاری ہوتی ہے وہ ایک منہم کی نیند ہے بعد کو اس نے اپنی رائے اور ہینیاٹرم کی اصطلاح تبدیل کرنی چاہیے۔ مگر وہ ناکام رہا۔ بشرعہ میں اس کا قاعدہ یہ تھا کہ وہ معمول کو ہدایت طاری کر دیتا تھا کہ وہ کسی چکدار چیز پر نظریں مرکوز کرے اور پھر اسے سوئے کی ترغیبات دیتا تھا۔ لیکن ایک مرتبہ کسی اندھے مریض سے اس کا سابقہ پڑ گیا۔ ظاہر ہے کہ اس معاملے میں نظریں جمائینے کا سوال ہی نہ تھا۔ ڈاکٹر جیسے بریڈ نے صرف لفظی

ترغیبات کے ذریعہ اس نابینا مریض پر تنزیہی نیند طاری کر کے ثابت کر دیا کہ ہنسنا سننا تنزیہی نیند کے لئے کسی چمکدار چیز پر نظر میں مرکوز کر دینا ضروری نہیں۔ ۱۸۴۸ء میں ڈاکٹر بریڈ نے کوشش کی کہ وہ برطانوی انجن ترقی سائنس کے طبی شعبے کے اجلاس میں "تنظیم کاری" پر مقالہ پڑھے لیکن انجن کے عہدے داروں نے حقارت کے ساتھ اس پیش کش کو ٹھکرا دیا۔ جس میں شک نہ ہوا۔ اس نے بعض علم دوست ڈاکٹروں کو مدعو کر کے تنظیم کاری پر اپنا مقالہ پڑھا۔ جس طرح ڈاکٹروں کی اکثریت جس بریڈ کے ہیناٹزم کی مخالف تھی۔ اس طرح ڈاکٹر فرانتز آئن ممر کے معتقدین کا ایک گروہ بھی جس کے بیانات کی شد و مد سے تردید کرنے میں پیش پیش تھا۔ ان منکرین پیرن وان ریخن باخ (REICHEN BACH) پیش پیش تھے ان کا خیال تھا کہ بلور کی بعض اقسام۔ نیز مقناطیسی شے اور انسانی اجسام میں ایک حیرت انگیز قوت (جسے اس نے - ODDLYC FORCE - کا نام دیا تھا) پیدا ہو جاتی ہے۔ یہی قوت حیرت انگیز کمرشوں کا سبب ہے۔ ریخن باخ کا یہ دعویٰ بھی تھا کہ بعض شدید الاحساں لوگ اندھیرے میں ایک خاص قسم کی روشنی کو دیکھ سکتے ہیں جو مقناطیس سے نکلتی ہے۔ ۱۸۴۷ء میں کلوروفارم نامی بیہوشی کی دوا ایجاد ہوئی اور اس دوا کی ایجاد نے ہیناٹزم کی ترویج کو شدید نقصان پہنچایا، کیوں کہ اب تک لوگوں کو بیہوش کرنے کے لئے تنومی ترغیبات استعمال کی جاتی تھیں۔ اور ظاہر ہے کہ یہ ایک پیچیدہ عمل تھا۔ کلوروفارم کی ایجاد اور عام استعمال نے کم سے کم انگلستان میں تو تنظیم کاری کی تحریک کو قریب قریب معطل کر دیا۔ البتہ براعظم یورپ میں ہیناٹزم کا رواج ترقی پذیر تھا

فرانس میں نانسی (NANCY) اسکول کے دو اساتذہ لیوبالٹ اور برن ہم نے متعدد تجربات سے ثابت کر دکھایا کہ تنویمی مظاہر کی اصل نفسیاتی ہے اس زمانے میں تنویم کاری کا فن مختلف مراحل سے گزرنا رہا۔ تا انیکہ ۱۸۸۲ء میں انگلستان میں تحقیقات نفسی کا مشہور ادارہ SOCIETY FOR THE PSYCHICAL RESEARCH قائم ہوا اس میں اپنے وقت کی بعض مشاہیر علماء شریک تھے۔ اس ادارہ کے دائرہ کار میں ان سمت مظاہر اور واقعات کی تحقیق شامل تھی جنہیں خارق العادات تصور کیا جاتا تھا مثلاً مسمریزم، حضرات ارواح، ہیلی بیقی اور کشف وغیرہ اس ادارے کے ارباب تحقیق نے سب سے پہلے "ہیپناٹزم" کے مظاہر PHENOMENA پر اپنی توجہ مبذول کی۔ اس سلسلے میں ایف ڈبلیو میرس اور ایڈمنڈ گرنی کے کا زمانے قابل ذکر ہیں۔ ایڈمنڈ گرنی (GURNEY) کے کام پر شروع شروع میں بے اعتدالی کا اظہار کیا گیا مگر کے معلوم تھا کہ اس شخص نے تنویم کاری پر جو تحقیقی مواد جمع کر دیا ہے۔ وہ آئندہ چل کر غیر معتدل ذہنی کیفیات (ایب نارمل منٹل اسٹیٹ) کی نفسیات کی بنیاد بن جائے گا گرنی کی فراہم کردہ شہادتوں سے فریڈرک میرس MYSERS نے جو نظریات اخذ کئے۔ وہ نہ صرف طبی دنیا بلکہ علم النفس کے لئے بھی ناریخ ساز اہمیت رکھتے ہیں۔ میرس نے انسانی نفس کے ممکنات پر حیرت انگیز طور پر دقیق روشنی ڈالی ہے۔ عین اس زمانے میں سکمنڈ فرائڈ مشہور معالجہ نفسیات اور مکتبہ تحلیل نفسی کا بانی، ویانا میں تنویم کاری کے ذریعے اپنے طبی معمولات میں مصروف تھا۔ اس نے ممتاز فرانسیسی عالم نثار کوٹ سے تنویمی تعلیم حاصل کی تھی۔ فرائڈ کو محسوس ہوا کہ ہر شخص پر تنویمی ترغیبات اثر انداز نہیں ہوتیں۔

تب اس نے 'ہیپنا سز' کا استعمال ترک کر کے اپنا مخصوص طریق علاج (PSYCHO - ANALYSIS) ایجاد کیا۔ لیکن فرائڈ کا طریق علاج (تحلیل نفسی) بڑا وقت طلب اور دیر طلب تھا۔ اور اس کے مفید نتائج پانچ سال میں نکلے تھے۔ بعد کو فرائڈ نے اقرار کر لیا کہ تنویم کاری مختصر ترین علاج کی حیثیت سے کافی اہمیت رکھتی ہے۔ آخر کہیں کم سے کم ایک سو سال کے بعد برٹش میڈیکل ایسوسی ایشن کی مقرر کردہ کمیٹی نے محسوس کیا کہ پٹرئال کے بعد یہ رائے قائم کی کہ بے شک تنویمی علاج ایک حقیقی اصلی اور قابل قبول طریق شفا بخشی ہے۔ ۱۹۰۷ء میں بمقام پیرس ایک انٹرنیشنل کانگریس آف ہیپناٹزم منعقد ہوئی۔ جس نے برٹش میڈیکل ایسوسی ایشن کی رائے کی تائید کی اور اعلان کیا کہ ہیپناٹزم کے تجربات و نظریات خاص ساہنی بنیاد پر مستحکم ہیں۔ ان اعلانات نے جوہانز سائنس دانوں اور مشہور ڈاکٹروں کی طرف سے کتے کئے تھے۔ ایک مرتبہ ہیپناٹزم کی فراموش کردہ ساکھ کو بحال کر دیا یہ پہلی جنگ عظیم میں بمبوں کے دھماکے سے خوف زدہ سپاہیوں اور جنگ کے مصائب سے ماؤں نفسیاتی مریضوں کا علاج کامیابی کے ساتھ۔ تنویمی ترغیبات کے ذریعے کیا گیا دوسری صورت میں ان کی ذہنی بحالی کی کوئی شکل نہ تھی۔ دوسری جنگ عالمگیر کے دوران تنویمی علاج طریق علاج (HYPNOTHERAPY) کا استعمال بکثرت کیا گیا۔ اور آج صحت کے ہر گوشے میں تنویمی شفا بخشی کے اثرات کو تسلیم کر لیا گیا ہے۔ خصوصی نفسی امراض، اعصابی بیماریوں نیز دندان سازی وضع حل، نوائی شکایات اور جلدی تکالیف (DERMATOLOGY) کے ازالے میں تنویم کاری کی اہلیت اور اہمیت





اور اس عالم میں، وہ ان تمام ہدایات پر عمل کرے گا۔ جن پر عمل کرنا حد درجہ پیچیدہ اور پریشان کن مسئلہ ہے۔ طبی اور سائنسی تجربات سے بھی اس فرق کو ثابت ہو رہا ہے۔ تنویمی حالت میں انسان کی انکساری حرکات

(REFLEXE) وہی ہوتی ہے جو بیداری کے عالم میں! مگر گہری نیند میں انکساری حرکات منقطع ہو جاتی ہیں۔ نیند میں جسم کی برقی مقاومت بیداری سے دس گنا زائد ہو جاتی ہے۔ لیکن تنویمی حالت میں دہرا رہتی ہے۔ جو بیداری میں تھی۔ (ایٹہ خواب، خرائی) (SUBNAMBU) میں یہ کیفیت سوتے میں پیدا ہوتی ہے، طبعی نیند اور تنویمی کیفیت، دونوں مل جاتی ہیں۔ خواب خرائی کہتے ہیں کسی سوتے ہوئے آدمی پر تنویمی حالت، طاری ہو جانے کو۔ اس حالت میں خوابیدہ آدمی بستر سے اٹھتا ہے۔ بہت سے کلام انجام دیتا ہے۔ اور پھر سو جاتا ہے۔ صبح کو اسے یاد بھی نہیں رہتا کہ وہ سوتے میں کیا کیا کر چکا ہے، میں اعتراف کر لینا چاہیے کہ فی الحال ہم تنویمی حالت کی نوعیت سے بخوبی واقف نہیں ہوتے تصدیق کے ساتھ صرف ایک بات کہی جا سکتا ہے کہ تنویمی حالت، شدید ترین کیفیت اثر پذیری کو کہتے ہیں۔ یعنی ذہن کی وہ رہنمائی حالت جب ہر اشارہ ہر حرکت اور ہر لفظ ایک قوی تحریک بن کر نفس پر غالب آ جاتا ہے۔ اور آدمی اسکی تعمیل پر خود کو مجبور پاتا ہے۔

اثر پذیری کی خاصیت ہر انسان میں، قدرتی طور پر موجود ہوتی ہے لیکن اس کا اظہار خاص خاص حالات میں ہوتا ہے۔ ہینا ٹرم کا عمل اثر پذیری (SUGGESTIBILITY) کی اس انسانی خصوصیت کو براہِ نیچہ کر دیتا ہے۔

رنگِ نسل، مذہبِ تہذیب اور فرقے کے امتیاز کے بغیر ہر انسان ڈھکی چھپی اور کھلی ترغیبات اثرات قبول کرنے پر مجبور اور مشروط ہے۔ مگر کیا ناقابلِ یقین صداقت ہے کہ اعتقادِ عام کے برخلاف عورتیں مردوں کے خلاف کم اثر پذیر ہوتی ہیں۔ ہاں یہ صحیح ہے کہ زناءِ حمل میں عورتوں کی اثر پذیری اور ترغیب پذیرگی کیفیت میں شدید اضافہ ہو جاتا ہے بالغوں کے مقابل بچوں میں یہ صلاحیت واضح طور پر کارفرما ہوتی ہے۔ البتہ بوڑھوں میں ترغیب پذیری کی صلاحیت کم ہو جاتی ہے! ہمارے زندگی بھر کے تجربے، لاشعور میں ترغیبات، میلانات اور ہیوانات کے ایک نہایت پیچیدہ مگر منظم زنجیر کو وجود میں لے آتے ہیں۔ اور انسان کے تمام اعمال و نظریات پھر اسی لاشعوری نظام کے اشارے پر کام کرنے لگتے ہیں۔ اگر انسان کے سامنے کام عقل و استدلال پر مبنی ہوتے تو ہم مشین بن کر رہ جاتے۔ اقدامِ عمل اور پہل کاری کی جرات سے ہمیشہ محروم رہتے صدیہ ہے کہ عین اس وقت جب فہم و عقل کی روشنی میں ہم کوئی قدم اٹھانا چاہتے ہیں۔ تب بھی لاشعوری ترغیبات ہم پر اثر انداز ہوتی ہیں۔ یعنی ہر خالص عقلی اور منطقی اقدام کے پہلو پہ پلید لاشعوری محرکات کارفرما ہوتے ہیں۔ ہمارے تمام جذبات، محبت، نفرت، خوف الغرض تمام امیڈیں مایوسیوں، مذہبی ذہنی اعتقادات اور تعصبات ہمارے تمام عقلی تقاضوں کو براؤڈ کر دیتے ہیں۔ آپ خود اپنے تمام اعمال و نظریات کا جائزہ لیجئے۔ خود اندازہ ہو جاتے گا کہ ان کے پس پشت کس طرح نفس میں جاگزیں ترغیبات اپنا کام کر رہی ہیں۔ انتہا یہ ہے کہ تجربی علوم اور سائنسی عمل سے تعلق رکھنے والے حضرات

بھی بعض اوقات اپنے ریاضیاتی منطقی اور سائنسی فارمولوں کی تشکیل  
 میں بھی اپنے باطنی رجحانات سے متاثر ہو جاتے ہیں۔ یعنی اسی طرف  
 ان کا تفکر رہ نہائی کرنا ہے۔ جس طرف ان کی باطنی خواہش دامن کھینچتی  
 ہے کسی کو ووٹ دینے کا سوال ہو یا بازار سے کسی شے کی خریداری کا  
 مسئلہ اغرض ہر فیصلہ پر پانگنڈے، اشتہار بازی اور ترغیب دہی سے  
 ہوتا ہے۔ عہد جدید میں ترغیب دہی کی تکنیک معراج کمال کو پہنچ  
 گئی ہے۔ صحافت کے تمام شعبے، اشاعت کے تمام ذرائع اور ابلاغ عامہ  
 کے تمام وسائل (ٹی وی سے لے کر سی سی ایچ تک) صرف ایک ہی مقصد  
 کے لئے وقف ہیں۔ اور وہ مقصد ہے لوگوں کو "اثر پذیر" بنانا، رائے  
 عامہ کو متاثر کرنا اور معاشرے کی پسند ناپسند کو تنظیم زدہ رہنما تیز کر  
 کر دینا!

فریڈرک میسر کا بیان ہے کہ  
 ترغیب و تلقین، ایما۔ ہدایت حکم۔ سمجھن، اس کا میاب اپیل  
 کو کہتے ہیں۔ جو انسانی لاشعور سے کی جاتی ہے۔ اس اپیل کے ذریعہ  
 ان موزوں ذہنی حالات کو پیدا کیا جاتا ہے جن حالات میں تنزیہی مظاہر  
 رونما ہوتے ہیں۔ یعنی تنزیہی کیفیت وہ مخصوص حالت ہے۔ جو نفس کی  
 بعض غیر معمولی مظاہر کی طرف رہنمائی کرتی ہے۔ جو ان مظاہر کو تخلیق  
 نہیں کرتی۔ عام لفظوں میں یوں سمجھئے کہ جب آدمی پر تنزیہی حالت  
 یا شدید اثر پذیری کی کیفیت طاری ہوتی ہے۔ تو وہ ڈرامائی طور پر عمل  
 کر کے تنزیہی مظاہر کو جنم دیتا ہے۔ یہ کہنا حق بجانب ہے کہ ترغیب وہ  
 نعرہ ہے جس کو سحر گھوڑ دوڑ کے میدان میں گھوڑے بھاگنا شروع کر

دیتے ہیں یعنی ترغیب ایک اشارہ ہے غیر معمولی لاشعوری عمل کا اس کے علاوہ کچھ نہیں۔ تو یہی مظاہرہ تنویم کا رہ پیدا کرنا ہے نہ ترغیب۔ بلکہ خود معمول کا نفس پیدا کرنا ہے۔ بشرطیکہ اسکے لئے عمل کا مزدوں میدان فراہم کر دیا جائے! معمول پر عامل کی ترغیب اس وقت کامیابی سے اثر انداز ہوتی ہے جب وہ اعتقاد و توقع کے ساتھ اسے قبول کرے یعنی اسے یقین ہو کہ ترغیب حقیقی اور اصل ہے۔ اور یہ توقع بھی کہ اس ترغیب سے وہی نتائج پیدا ہوں گے۔ جن کی خواہش اور ضرورت ہے یہ تو آپ کو معلوم ہے؟ ہے کہ ترغیب کی دو شکلیں ہیں۔ (۱) وہ ترغیب جو آپ خود اپنے کو دیتے ہیں۔ (۲) سببشن (۳) وہ ترغیب جو کوئی دوسرا آپ کو دے یعنی ہر فرد سببشن۔ لیکن یہ سببشن بفعلی تقسیم ہے۔ کیونکہ انجام کار دوسروں کی دی ہوئی ترغیب بھی خود ترغیب ہی کا رہ دھاڑتی ہے جب آپ دوسرے کی ترغیب کو قبول کرتے ہیں۔ تو وہ گویا خود آپ کی اپنی ترغیب بن جاتی ہے۔ لیکن ہر ترغیب کے موثر ہونے کی شرط یہ ہے کہ آپ کا تصور و تخیل اس سے متاثر ہو۔ اگر وہ ترغیب تصور و تخیل کو متحرک نہیں کرتی تو ساری کوشش بیکار ہے یا بادر کھتے کہ جب بھی تصور اور ارادے میں زور آزمائی ہوگی یعنی آپ کا تصور کچھ ہو اور ارادہ کچھ تو ارادہ کو شکست ہوگی اور تصور کو کامیابی!

جہاں خود ایک تصور ہی مگر اید و ست

جہاں یہ کوئی تصور، حکمراں تو نہیں

اے ایک مثال سے سمجھئے آدمی یہ آسانی نہیں پر ایک تنگ ترین  
بٹیا ریکریا نفا مانا راستہ سے گزر سکتا ہے۔ جو کسی کی برابر چوڑی

ہو لیکن اگر اسے متاق رسی پر چلنے کے لئے کہا جائے تو ارادے کی تمام تر قوت کے باوجود وہ زمین پر گر پڑے گا۔ کیونکہ اس کا تصور یہ ہے کہ زمین سے چند فٹ بلند رہی پر چلنا ممکن نہیں۔ حالانکہ زمین پر بھی ہوتی بیکر اس سے بھی زیادہ تپلی ہے۔ تاہم وہ اس پر چلنے میں کوئی مضائقہ نہیں سمجھتا۔ اسے کہتے ہیں۔ "قانون سعی مخالف" *"Law of Effort"* ایفرٹس، یہ کہنا کہ سرف کمزور ذہن کے لوگ، ترغیبات سے متاثر ہوتے ہیں خود مہربانی ہے۔ حقیقت یہ ہے کہ آدمی ذہنی طور پر جس قدر متوازن اور پُرانج خیل ہوگا وہ اتنا ہی عمدہ تنویمی معمول ثابت ہوگا۔ ہاں کمزور ذہانت اور مفلوج ارادہ رکھنے والے لوگ مشکل سے "مینٹل ٹرڈ" ہوتے ہیں۔ نہ ہر شخص پر یکساں تنویمی کیفیت طاری ہو سکتی ہے۔ بہت سے لوگ ذاتی کوشش اور دوسروں کی ترغیب دہی کے باوجود اپنی توجہ ایک نقطہ پر مرکوز اور مبذول نہیں کر سکتے اور بہت سے لوگ ایسے ہیں کہ ذاتی کوشش سے خیال کو ایک نقطہ پر جما دیتے ہیں۔ آدمی جس قدر ذہنی طور پر پرسکون ہوگا۔ ارتکاز توجہ (یعنی - *CONCENTRATION*) میں اتنی ہی آسانی ہوگی۔ پرسکون ذہن کے لئے پر آرام جسم ضروری ہے۔ اگر آپ کسی جسمانی کرب میں مبتلا ہیں۔ اعضاءیں تشنج کی کیفیت ہے۔ یا کسی عضو میں درد ہو رہا ہے تو ممکن نہیں کہ آپ کسی ایک تصور کو کامیابی کے ساتھ قائم رکھ سکیں۔ یہی وجہ ہے کہ تنویمی عمل ایسی جگہ کیا جاتا ہے جہاں کسی قسم کی خلل اندازی نہ ہو معمول کی نشست بالکل آرام دہ ہونی چاہیے۔ بہتر یہ ہے کہ معمول کو آرام سے مٹا دیا جائے۔ اور تاکید کہ بات کے دو مہینے جسم کے کسی حصہ

کو بے آرام نہ ہونے دے۔ اگرچہ تنزیم کاری کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ معمول کو تربیتی ہدایت کے ذریعہ تنویمی حالت میں لایا جائے۔ لیکن عہد جدید کی مشینی ذہنیت نے تنویم جیسے خالص باطنی عمل کو بھی سے مشین سے سختی کر دیا جائے۔ اسے ہم میکا نیکی، مینا ٹرمز (تنویم بذریعہ آلات) کہہ سکتے ہیں۔

## میکا نیکی مینا ٹرمز

مختلف اوقات میں تنویمی حالت طاری کرنے کے لئے مختلف آلات استعمال کئے جاتے ہیں۔ مثلاً شمع کی لو، ناک کی جڑ، ناک کی چوخیہ پر نظر میں جما کر تنویمی کیفیت طاری کرنا بھی ایک مصنوعی طریقہ ہے یا "تنویمی آنکھ" پر نظریں گاڑ کر پلک جھپکاتے بغیر اسے تنہا اور اس طرح نیند کی حالت میں آجانا بھی ایک رسمی تدبیر ہے۔ لیکن حقیقی معالجہ تنویم سب سے زیادہ اہمیت ترغیب ہی کو دیتے ہیں اور یہی تنویمی ترغیبات کے گرام فون ریکارڈ بنائے گئے ہیں۔ معمول ان ریکارڈ کی صدا بند ترغیبات، سے حالت تنویم میں آجاتا ہے۔ کیا خواب اور دواؤں کے ذریعہ انسان کو تنویمی حالت میں لایا جاسکتا ہے۔ اس موضوع پر کافی بحث اور اس طریقہ پر اکثر تجربات کئے گئے ہیں بعض مینا ٹرمز معمول کو تھوڑا سا الکحلی مشروب پلا کر اسے تنویمی کیفیت دیتے ہیں۔ اور معمول حالت تنویم میں آجاتا ہے۔ بعض ماہرین تنویم مینا ٹرمز دکنے سے متسل معمول کے ماریفیا کا انجکشن لگاتے ہیں جن لوگوں پر کسی طرح عامل کی ترغیبات اثر نہیں کرتیں۔ ان سے

بعض ضدی معمول کلوڈ فارم کے استعمال سے حالت غنودگی میں آجاتے ہیں۔ نشہ آور دوائیں خصوصیت کے ساتھ NEMBUTAL اور ڈیٹیم ایٹیل کا استعمال بھی لوگوں کو سکون و استغراق کے عالم میں لے آتا ہے۔ برطانیہ کے مشہور ماہر تنویم و تحلیل نفسی ڈاکٹر اسٹیفن ہرسل نے رجو "نارکوائی لے سنر" یعنی نشے کی حالت میں تحلیل نفسی کا موجد اور اس اعتبار سے عالم گیر شہرت رکھتا ہے، متعدد و تجربات نے ثابت کر دکھایا ہے کہ معمول کی حالت بیداری کو زائل کرنے کے لئے - DDIUM PLIN - (DOTHAL) نامی گولی بے حد موثر ثابت ہوتی ہے۔ امریکہ میں تھورازان اور پرومازان رکیمیادی مرکبات (پر جو تجربات کئے گئے ہیں) تنویم کاری کے سلسلے میں ان کے نتائج مفید و صحت بخش نکلے ہیں۔ تاہم آج بھی بعض ماہرین تنویم ہر نشہ آور پر تھوڑے سے الکحلی مشروب کو اس سلسلے میں ترجیح دیتے ہیں۔ یہ سب میکائیکی ہپناٹزم (تنویم بذریعہ آلات) اور کیمیادی تنویم (تنویم کیفیت) دوا کے ذریعے طاری کرنا کے طریقہ ہیں۔ لیکن اتنے پیچیدے میں پڑنے کی کیا ضرورت ہے جب سانس کی مشقوں اور از لکاز توجہ کے ذریعہ آدمی پر تنویمی کیفیت طاری کی جاسکتی ہے۔ میں نے عرض کیا تھا کہ انسانی نفس کی مخفی صلاحیتیں ترغیب کی بدولت پیدا نہیں ہوئیں بلکہ ترغیب یا تنویمی عمل ایک محرک کی حیثیت رکھتا ہے۔ جو ان تمام قوتوں کی بیداری کے لئے زمین ہموار کر دینا ہے۔ سیلف کلیمٹر ٹریننگ کورس (S. C. T) یا لفظاً "تعمیر تنظیم شخصیت کی مشقیں" ذہن انسانی کے خارق العادات (سپر نارمل) مظاہر کو اس تیزی سے بیدار کرتی ہیں کہ خود عمل کرنے



والاجران رہ جاتا ہے۔

صلاح الدین ناصر رپاک گیٹ مدنان) لکھتے ہیں کہ

## سچر نامہ

میں آج سے تین سال پہلے ایک خاتون کو ہیناٹائزڈ کیا کرتا تھا۔ وہ میری مستقل معمولہ تھیں۔ ہفتے میں ایک بار نشہ ہوتی تھی۔ یہ دیکھنا تھا کہ ان خاتون میں "غیب بینی" کی صلاحیت موجود ہے یا نہیں ابھی میرے تجربات ادھر رہے تھے کہ وہ اپنے شوہر کے ساتھ جاپان چلی گئیں۔ ان کے شوہر اعلیٰ سفارتی عہدوں پر فائز تھے۔ میرا تجربہ ادھر رہ گیا۔ اب وہ تین سال کے بعد آئے ہیں۔ ان کی اہلیہ مصدقہ ہیں کہ دوبارہ وہ تجربہ شروع کیا جائے میں تقریباً ایک ہفتے سے ڈرا نہیں ہیناٹائزڈ کر رہا ہوں میں انہیں یہ ترغیب دیتا ہوں کہ وہ اپنے جسم سے باہر نکل رہی ہیں۔ ان کے تجربات حسب ذیل ہیں۔ (۱) لیٹے ہی لیٹے افقی حالت میں، میرا جسم مثالی ہوا میں اٹھا اور پھر ایک میٹ کے بعد دھڑام سے واپس آکر خاکی جسم میں جذب ہو گیا۔ میں اس تجربے سے ڈر گئی۔ (۲) ایک رات ایسا محسوس ہوا جیسے میرا مثالی جسم ایک کھڑکی میں کھڑا ہے چند لمحے بعد غائب ہو گیا۔ (۳) یہ بھی محسوس ہوا کہ آپ مجھے نفس عنصری (جسم خاکی) سے باہر نکلنے کی ترغیب دے رہے ہیں۔ (عامل کی طرف اشارہ ہے) مگر کافی کوشش کے باوجود جسم مثالی پیکر خاکی سے باہر نہ نکل سکا۔ ارد گرد کی روشنی اس کے راتے میں داخل تھی (۴) ایک بار ایسا لگا کہ میرا صرف چہرہ باقی ہے۔ باقی جسم غائب ہے۔

(۵) ایک باریہ محسوس ہو اگر جسم خاکی جسم مثالی کو دیکھ رہا ہے۔ مگر جسم مثالی جسم خاکی کو دیکھنے سے قاصر ہے (۶) جسم مثالی دھندلا دھندلا نظر آتا ہے۔ غور سے دیکھوں تو غائب ہو جاتا ہے۔ (۷) ابھی مجھ پر تنویمی کیفیت طاری ہی ہوئی تھی کہ سورج سے کئی گنا روشن گولہ آنکھوں کے سامنے آگیا جس سے آنکھیں چندھیا گئیں۔ پھر گولہ مدہم پڑ گیا پھر جگمگانے لگا۔ بعد ازاں گہری تنویمی بیند غالب آئی جسم مثالی نے پر از شروع کی۔ جیسے میں لاہور کے علاقہ گلبرگ میں موجود آتے جاتے آدمیوں کو دیکھ رہی ہوں، کون دیکھ رہا ہے۔ مثالی جسم نہیں خاکی جسم! تنویم کاری کے بارے میں چند اہم نکات ہمیشہ ذہن میں رکھیں!

## اہم نکات

عام خیال یہ ہے کہ کسی شخص کو اسکی مرضی اور ارادے کے بغیر "ہیناٹائزڈ" نہیں کیا جاسکتا۔ یہ چیز بطور کلیہ بیان کر جاتی ہے مگر ہر یکے میں کچھ استثناء بھی ہوا کرتے ہیں۔ آکسفورڈ یونیورسٹی کے ڈاکٹر اسوالڈ نے ایک کہیں سالہ خاتون کو اس کی مرضی اور ارادے کے بغیر ہیناٹائزڈ کر دیا۔ ہوا یہ کہ ڈاکٹر اسوالڈ اس لڑکی کی موجودگی میں ایک اور شخص کو تنویمی ترغیبات دے رہے تھے کہ اس لڑکی پر تنویمی کیفیت طاری ہو گئی اور استغراق میں چلی گئی ڈاکٹر نے تنویم زدہ لڑکی کو ہدایت کی کہ جب بھی تم کرسی پر بیٹھ کر مجھے دیکھو گی۔ اور میں نمائی بجاؤں گا۔ تم پر ٹرانس کی کیفیت طاری ہو جائے گی۔ لڑکی جب بیخودی کے عالم سے باہر آئی تو ڈرگئی اور اس نے کہا کہ ڈاکٹر اسوالڈ سے کہا کہ میں آئندہ

تم سے علاج نہیں کراؤں گی۔ ایک روز لڑکی کسی دوسرے ڈاکٹر سے اپنے علاج کے سلسلے میں مشورہ کر رہی تھی کہ ڈاکٹر اسو والڈ کمرے میں داخل ہوتے۔ اور دونوں ہاتھوں سے ٹالی بجائی۔ سابقہ ترغیب کی بنا پر ڈاکٹر اسو والڈ نے ہدایت کی تھی کہ جب بھی تم مجھے دیکھو گی اور میں ٹالی بجائوں گا تم پر تنویمی استغراق طاری ہو جائے گا، لڑکی تنویم زدہ ہو گئی۔ حالانکہ اس سے قبل علاج سے انکار کر چکی تھی۔ اس سے دو ہفتہ نکلنے ہیں کہ کسی شخص کو اس کی مرضی اور ارادے کے بغیر ہینٹاؤٹ کیا جاسکتا ہے۔ گو ایسے اشخاص کم ہوتے ہیں۔ دوسرے یہ کہ ترغیب بعد از تنویم روپسٹ ہپ ٹائمکسیشن، کس قدر موثر قوت ہے! بہت سے لوگ اس دہم میں مبتلا ہوتے ہیں کہ اگر معمول کو تنویمی نیند سے نہ جگایا جاسکا تو کیا ہوگا؟ یہ دہم بھی لاعلمی کے سبب پیدا ہوتا ہے اگر معمول پر تنویمی کیفیت طاری کرنے سے قبل اسے یہ ہدایت دیدی جائے کہ وہ بیداری کا حکم جاگ جاؤ، دینے پر جاگ جائے گا۔ تو وہ یقیناً تنویم کار کی ہدایت پر عمل کرے گا اگر یہ ہدایت بھی نہ دی جائے تو تنویمی نیند طبعی نیند میں تبدیل ہو جائے گی اور معمول اس طرح بیدار ہو جائے گا جس طرح طبعی نیند سے بیدار ہوا کرتا ہے۔ مسئلہ یہ نہیں ہے کہ معمول کو تنویمی نیند سے کس طرح بیدار کیا جائے۔ مسئلہ یہ ہے کہ معمول کے استغراق کی کیفیت کو کس طرح باقی رکھا جائے؟ کسی شخص پر تنویمی کیفیت طاری کرنے سے قبل اسے پورا طریق کار اور تنویم کاری کی نوعیت واضح لفظوں میں بتلا دینی چاہیئے تاکہ اس علم، اس انداز، اس کے متعلق اس کے ذہن میں کوئی ابہام اور الجھن

نہ ہے۔ اسے یہ بتا دینا چاہیے کہ (۱) تنزیم نہ جادو ہے نہ کوئی سپرنارمل مظاہرہ یا منظر (۲) ہر شخص ترغیب (سجشن) سے متاثر ہوتا ہے بشرطیکہ وہ اسے قبول کرے۔ اگر آپ کسی کو یہ ترغیب دیں گے کہ اسپر تنویمی بوند کیفیت غالب آرہی ہے۔ تو یقیناً رفتہ رفتہ اس پر پہلے غنودگی طاری ہوگی۔ پھر جسم کے بعض اعضاء میں اکڑاؤ پیدا ہوگا۔ پھر وہ گہری بوند میں چلا جاتے گا۔ ابی گہری نیند کی بے حسی کہ اگر آپ اس کے جسم کو آگ سے جلاتے ہیں۔ یا چاقو سے چیریں تو اسے پتہ نہ چلے گا۔ اگر اس کے ساتھ یہ بھی ترغیب دیں۔ تنویمی حالت دور ہو جانے کے بعد نہ تمہیں جسم کی جلن کا احساس ہوگا۔ نہ جراحی شدہ عضو کی چیر بھار کا کرب محسوس ہوگا۔ تو بقیں کریں کہ نارمل حالت میں آنے کے بعد وہ بالکل ٹھیک ٹھاک رہے گا۔ (۳) معمول کو اگر یہ ترغیب دینے کے ہوش میں آنے کے بعد تم ان تمام ہدایات کو بھول جاؤ گے۔ جو دوران تنزیم دی گئی ہیں۔ تو بالکل یہی ہوگا۔ ایسا ہی ہوگا۔ یہ دیکھنے کے لئے کہ معمول پر تنویمی اثرات طاری ہوتے یا نہیں۔ اس کا بغیر بغور مطالعہ کرنا چاہیے۔ ابتدائی علامات یہ ہیں کہ معمول کی آنکھیں جھپکنے لگتی ہیں۔ بعض کی بتی بند ہو جاتی ہے۔ اور بعض بت بن کر رہ جاتے ہیں۔ یہ سب کچھ درحقیقت معمول کی نفسی کیفیت پر موقوف ہے۔

الغرض تنویم کے زیر اثر ہر معمول کی کیفیت مختلف ہوتی ہے۔ تاہم وہ گہری نیند میں ہوتا ہے۔ اور ماحول کے اثر سے قطعی بے خبر اور غیر متاثر لیکن اگر معمول کو بحالت تنویم یہ نزع وید کی جائے کہ وہ اس حالت میں ماحول سے باخبر ہے گا۔ اور عامل کی ہدایت و ترغیبات کے ساتھ یہ بھی خبر رکھے گا۔ کہ اس کے گرد و پیش کیا کچھ ہو رہا ہے تو وہ یقیناً اس ہدایت پر عمل کرے گا۔ مختصر یہ کہ معمول عامل کے ہاتھ میں ایک آلہ کار کی حیثیت رکھتا ہے یہ فرض عامل کلیہ کہ وہ اپنے انسانی کھلونے کو نزاکت و نفاست کیساتھ استعمال کرے کیونکہ تنویمی حالت میں معمول کے نفس میں غیر معمولی قوتیں بیدار ہو جاتی ہیں۔ مثلاً روشن ضمیری

## تنویم اور روشن ضمیری

CLAIRVOYANCE کی استعداد۔ عام حالت میں جو شخص سیدھا سادا نظر آتا ہے اور بغیر کسی جوہر کمال کے زندگی بسر کرتا ہے جب اس پر تنویمی حالت طاری کی جاتی ہے تو ایسا لگتا ہے کہ وہ ایک نیا شخص بن گیا ہے اس کا ذہن زمان و مکان کی پابندی سے آزاد ہو جاتا ہے آج سے نہیں ہمیشہ سے تنویمی حالت اور فارق العادات مظاہر (پیرنا مل ازم) توام اور جبر و اوجہیت کے مالک ہے ہیں۔ فارق العادات ان واقعات کو کہتے تھے۔ جو عام طور پر نہ پیش آتے ہیں۔ اور گاہے گاہے ظہور پذیر ہوتے ہوں۔ ڈاکٹر سمر کے عہد سے لے کر آج تک مسمریزم اور ہنیا ٹریم کے ماہرین ان تنویمی مظاہر کی تحقیقات کرتے آئے ہیں جس کا تعلق روشن ضمیری، کشف، ٹیلی پیٹھی اور دوسرے معاملات سے ہے روشن ضمیری

ایک کثیر المعانی اصطلاح ہے چھٹی حس، مستقبل بینی بعید ترین مافاتوں پر پیش آنے والے واقعات کا علم و اندازہ۔ آنکھوں کے بغیر دیکھنا۔ کانوں کے بغیر سننا یہ سب روشن ضمیری کے تحت آتا ہے۔ انسانی نفس میں تمام خارق العادات صلاحیتیں مضمر اور خوابیدہ ہیں البتہ تنویمی ترغیب تحریک ان قوتوں کو اجاگر اور فعال کر دیتی ہے۔ جس طرح روپہ صادقہ میں انسان کو مستقبل حال یا ماضی کے بارے میں سچے خواب نظر آتے ہیں۔ اسی طرح تنویمی نیند کے دوران بھی معمول کے ذہن کو زمان و مکان کی زنجیر سے آزاد کیا جاسکتا ہے۔ ڈاکٹر سمر نے اپنے کئی معمولوں میں روشن ضمیری اور کشف کی صلاحیت کو برسر کار پایا تھا یہ بھی امر واقعہ ہے کہ تنویمی معمول اس کیفیت بے خبری میں بعض اوقات اپنے گرد و پیش واقع ہونے والی تبدیلیوں سے حیرت انگیز طور پر باخبر ہو جاتا ہے۔ جیسا کہ بیان ہے کہ ہم میں ایک ایسی داخلی حس (INTERIOR SENSE) موجود ہے جو براہ راست کائناتی شعور سے منسلک اور مربوط ہے۔ یوں سمجھئے کہ کائناتی شعور کی ہر لہر ہماری ذہن سے گزرتی ہے۔ یہ اور بات ہے کہ ہم اسے وجود سے بے خبر ہیں۔ انسانی ذہن اور شعور مطلق (کائناتی ذہن) کے درمیان عجیبہ تم کا لطیف رابطہ پایا جاتا ہے جس کا تجربہ اور مشاہدہ برابر ہونا رہتا ہے۔ S.C.T. خصوصاً نقطہ بینی کی مشق سے روشن ضمیری کی صلاحیتیں پوری طرح بیدار ہو جاتی ہیں قیصر انصاری لکھتے ہیں کہ

ہم نے آپ کی ہدایت کے مطابق التیغ و نقطہ بینی، فروری کو شروع کی تھی۔ سات اگست کو اس مشق پر چھ مہینے گزر گئے۔ اب آپ مجھے انجلی کی اجازت دیدیں۔ یہاں ایک عجیب بات میرے اندر پیدا ہو رہی ہے۔

کہیں جاگئے ہیں خواب دبھتی ہوں۔ اور جو کچھ مجھے خواب میں نظر آتا ہے وہی کچھ ہونا ہے۔ مثلاً میں نے جاگئے ہیں دیکھا کہ حیدر آباد میں بارش ہو رہی ہے، یہی ہوا اس روز حیدر آباد میں بارش ہوئی۔ انوکھی بات یہ ہے کہ اپنے بدن سے روشنی اس طرح نکلنی نظر آتی ہے جیسے کسی شفاف شے سے سورج کی روشنی منعکس ہوتی ہے۔ مجھے اب اپنے تصورات و خیالات پر مکمل کنٹرول حاصل ہے دیکھنے والے مجھ سے متاثر ہو جاتے ہیں جس لڑکی کو نظر بھر کر دیکھ لیتی ہوں گرویدہ ہو جاتی ہے خفقر یہ کہ میری شخصیت میں مقناطییت پیدا ہو گئی ہے!

فیضانِ انصاری نے لکھا ہے کہ میں جاگتے میں خواب دبھتی ہوں۔ جاگتے میں خواب دیکھنا۔ تنویمی کیفیت کی خاص علامت ہے بظاہر آدمی سونا ہوتا ہے۔ لیکن باطن اس کے تمام حواس چوکے اور ذہن چاق چوبند اور شعور فعال و سرگرم ہوتا ہے۔ وقت کے فاصلے اور مسافت کے پرے نگاہ باطن اور نگاہ باطن کی تحریک پر دیدہ ظاہر سے ہٹ جاتے ہیں۔ اور فیضانِ انصاری کراچی میں ہوتے ہوئے یہ دیکھ لیتی ہیں، حیدر آباد میں اس وقت بارش ہو رہی ہے! یہ بھی تنویمی خارق العادات کا ایک منظر ہے۔ بشارت علی (رحمہ اللہ) بھی تنویمی مشق کرتے ہیں غمخوار ہیں کہ

چند دن مجھے شام کے وقت نیلی راآبادی سے دوڑ خاموش ویران کھنڈوں والا علاقہ میں مشق تنفس لوز کر رہا تھا کہ ایک چکر کے بعد جب کہ سانس سینے کے اندر رکھا ہوا اور نور کا تصور قائم تھا کہ بیکایک نگاہ باطن جس کا ادراک نگاہ ظاہر بھی کرتی ہے۔ کے سامنے سفید گلاب کی ایک بند لکھی نمودار ہو گئی۔ معاً خیال آتا کہ یہ سلی عدم سے وجود میں آچکی ہے۔ کچھ

دیر بعد یہ کھل کر خوبصورت پھول بن جاتے گی۔  
ہم نے دیکھی شگفتگی گل کی  
آپ کا عالم جوانی ہے

بے شک تبدیلی ہیت کے درمیان اسے حقوڑی سی تکلیف ہو  
گی۔ لیکن بعد ازاں اس کے عروج و اقبال کا نیا دور شروع ہو گا گویا  
تبدیلی ہیت کا نتیجہ نئی زندگی اور نئی نمائندگی ہوئی ہے۔ فنا کا تو سوال  
ہی پیدا نہیں ہوتا۔ یکایک ذہن میں ایک دھماکا سا ہوا اور  
انسانی زندگی کی پوری باتصویر داستان نگاہوں کے سامنے سے گزر  
گئی۔ ایک دم اس حقیقت کا انکشاف ہوا کہ انسان کا عدم ہے اس  
جہان رنگ بویں آنا۔ بالکل دیا ہی ہے جیسے شاخ گل پر غنچہ نو  
کا نمودار ہونا۔ اور جس طرح کلی مرکز پھول بن جاتی ہے

رشی کشند و ز خورشید نشام دادند یعنی چراغ کو بجھا دیا اور سورج کے  
طلوع ہونے کی بشارت دیدی، اسی طرح انسان موت کے بعد نئے لباس  
و جوئے آراستہ ہوتا ہے اور خاکی زندگی سے کہیں زیادہ دلفریب و دلہنار  
و پر کیف لذت حیات سے آشنا ہوتا ہے۔ بخدا! اس صاحب! جس کیفیت  
کو بیان کرنے میں اتنا وقت صرف ہوا وہ ایک سیکنڈ سے بھی کم وقفہ میں  
مٹھ پر منکشف ہوگئی۔ اس وحدانی اور عارفی کیفیت کو مکاشفہ کہتے ہیں  
یعنی تصور کسی ایک معنی پر مرکوز ہو جائے۔ اور یکایک حقیقت کے کسی  
نئے پہلو کا انکشاف ہو جائے۔ یہ صورتحال تنویم زندگی میں پیش آتی  
ہے۔ درحقیقت جب بھی شعور کی رو معطل ہو جائے۔ فوراً انسان  
تنویم حالت میں آ جاتا ہے۔ جیسا کہ آپ کو معلوم ہے تنویم کاری کی بنیاد



”خود ترغیبی پر ہے ب خاتم خود ترغیبی رسیلف ہیناسر کی عادی ہیں نکھتی  
ہیں کہ

خود ترغیبی سے جو فائدہ حاصل ہوئے ان کو بیان کرنے کے لئے  
الفاظ نہیں ملتے خود ترغیبی سے خود اعتمادی پس کافی اضافہ ہو گیا ہے پس  
تصور بھی نہ کر سکتی تھی کہ اتنا اعتماد خود ترغیبی سے مجھ میں پیدا ہو جائے  
گا۔ بالکل سچے خواب نظر آتے ہیں روزانہ جو چیز نظر سے گزرتی ہے یا  
جو بات سنتی ہوں حتیٰ کہ ایک تنکا بھی دیکھوں تو ایسا محسوس ہوتا ہے  
کہ خواب میں اس تنکے کو اس جگہ پڑے ہوئے دیکھ چکی ہوں الغرض  
عالم بیداری کا ہر منظر دنیا سے خواب کا حصہ لگتا ہے۔ کوئی بات سمجھ میں  
نہ آئے تو اس ترغیب سے کام لیتی ہوں۔ رات کو یہ فقرہ دہراتی ہوں کہ  
انشاء اللہ مجھے اس سوال کا جواب یا اس معتمد کا حل خواب میں نظر آجائے  
گا۔ الحمد للہ کہ ایسا ہی ہوتا ہے۔ نماز میں اتنا جی لگتا ہے کہ بیان نہیں  
کر سکتی۔ کبھی کبھی تو سر و سجدے سے اٹھانے کو بالکل جی نہیں چاہتا جیسے  
میرا رب مجھے دیکھ رہا ہے۔ اس لمحے اپنے کو بالکل ہلکا پھلکا محسوس کرتی  
ہوں۔ جسم کے اندر نور ہی نور نظر آتا ہے۔ اپنے متعلق تصور کرتی ہوں کہ  
دنیا میں سب سے زیادہ مسرور و مطمئن انسان میں ہوں اس حالت میں  
دشمن کے متعلق بھی برا نہیں سوچ سکتی۔ دوست دشمن کی تمیز ختم ہو  
چکی ہے۔ سب کے دکھ بانٹنے اور سب کے ساتھ حسن و سلوک کی تمنا  
ہے۔ سوچتی ہوں کہ دشمن جانی سامنے آئے تو اسے بھی گلے سے لگا لوں۔  
اس پر اپنا سارا خلوص اور محبتیں نچھاور کر دوں۔ ایک طرف تو کیفیت یہ  
ہے۔ دوسرے طرف عالم یہ ہے کہ جب ہزاری کا دورہ پڑتا ہے تو وہ خدا

نہ نمانہ زکوٰۃ نہ روزہ یعنی جن منفی خیالات پر غالب آنے کے لئے ترغیب  
 شروع کی تھی۔ وہی منفی اور تخریبی خیالات پھر غالب آجاتے ہیں۔ پھر  
 طرح طرح کے خیالات ذہن پر ہلہ بول دیتے ہیں۔ لیکن یہ صورتحال نقصان  
 رسا نہیں۔ کیونکہ منفی خیالات کے ساتھ ہی دل دھڑکنے لگتا ہے  
 اور جان نکلنے لگتی ہے پہلے منفی خیال آتا تھا تو دماغ سے چپک جاتا  
 تھا۔ اب یہ صورت ہے کہ منفی ہذیات و خیالات کی لہر آتی ہے۔ اور  
 گزر جاتی ہے۔ موت برحق ہے پہلے اس مقولے کو سنا تھا سمجھا نہ تھا  
 لیکن اب موت پر سو فیصدی یقین آگیا ہے ایک دفعہ سخت بخار کے  
 حالت میں اپنے کو قبر میں پڑا محسوس کیا۔ مگر دُرا بھی ڈر نہ لگا۔ بلکہ روح  
 سے اللہ اللہ کی آواز آتی رہی۔ کبھی کبھار خواب میں عجیب غریب زبان  
 پڑھتی ہوں۔ یا تقریر کرتی ہوں۔ یہ زبان میری سمجھ سے باہر ہے  
 خواب میں محسوس ہوتا ہے کہ میں اس زبان کو بخوبی سمجھتی ہوں اور  
 فرفر بولتی ہوں البتہ بیدار ہونے پر ذہن میں کچھ نہیں ہوتا۔ بالکل  
 خالی الدماغ ہوتی ہوں۔ کبھی لگتا ہے کہ قد کافی لمبا ہو گیا ہے  
 کبھی اپنا وجود موطا لنگٹا ہے۔ خود ترغیبی کے نتیجے میں عجیب غریب  
 خواب نظر آتے ہیں۔ ایک دفعہ خواب میں تقریباً ایک میل کا فاصلہ  
 پر دراز کناں طے ہو گیا۔ ایک مرتبہ ہاتھی پر اپنے کو سوار دیکھا خود ترغیبی کی  
 جس پوری طرح بیدار ہو گئی ہے۔ جی ہاں میں نے از سر نو جنم لیا ہے  
 جناب والا! مجھے پورا یقین ہے کہ اگر کوئی خود ترغیبی اور خود تنویدی پر  
 عمل کرے۔ اور لاشعوری مزاحمت سے خوفزدہ نہ ہو۔ تو وہ اپنے کو  
 بتدریج بدل سکتا ہے۔ ترغیب کا ایک ایک فقرہ میرے ذہن میں

بیوت ہو گیا ہے۔ ڈاکٹر صلاح الدین ناصر (ملتان) لکھتے ہیں کہ

## حواسِ ظاہرہ

میں نے چند معمولوں پر ترمیمی ترغیبات کو آزا کر دیکھا۔ دل کو بہت تقویت ہوئی۔ حوصلہ بڑھا۔ بعد میں خیال آیا کہ مختلف معمولوں کو آزمائے کے بجائے کسی ایک معمول کو آزمایا جائے۔ سو آجکل میری معمول ایک پچیس سالہ قانون ہیں۔ ان پر قوی ترمیمی کیفیت طاری ہو جاتی ہے پھر ان کے حواس ظاہری پر قبضہ رہنا دشوار نہیں ہوتا۔ مثلاً استغراق کے دوران ترغیبات کے ذریعہ ان پر تحذیر ظاہر ہو جاتی ہے۔ اگر یہ ترغیب دی جائے کہ جب میں میز پر رکھا ماؤں کا تو اسکی آواز سے معمول کی قوت سماعت ختم ہو جائے گی۔ اور سر پر ہاتھ پھرا جائے گا۔ تو تم سب کچھ سننے لگ جاؤ گی۔ تو وہ اس ترغیب پر عمل کرتی ہیں۔ مکہ مارنے سے ان کی قوت سماعت ختم ہو جاتی ہے۔ اور سر پر ہاتھ پھرنے سے شنوائی رسنے کی قوت ہچال ہو جاتی ہے یہ تو حال ہوا سماعت کا قوت ذائقہ کو بھی ترغیب کے ذریعہ بدلنے کا تجربہ کیا۔ ترمیمی کیفیت میں معمول کو یہ ترغیب دے کر کہ یہ میٹھا شربت ہے کوئین کا کڑوا پکھر پلا دیا۔ کیا مجال جو چہرے پر کڑواہٹ کی تلخی نمودار ہوئی ہو۔ اس طرح آلو کو سیب بتا کر کھلایا گیا۔ اور سیب ہی سمجھ کر کھلایا گیا۔ اس طرح ترغیب کے ذریعہ تمام حواس ظاہری کو معطل کرنے کے کامیاب تجربے کئے گئے معمول سے کہا گیا کہ تم پانچ منٹ تک سوتی رہو گی اور ٹھیک پانچ منٹ کے بعد بیدار ہو جاؤ گی۔ معمول نے بڑی صحت سے حکم کی تعمیل کی

ڈاکٹر صلاح الدین ناصر نے اس سلسلے میں کچھ سوالات بھی کئے ہیں یعنی

(۱) تنزیہی نیند کے کتنے درجے ہیں۔ (۲) معمول پر جو کیفیت تنزیہم میں گزرتی ہے (جب کہ حواس ظاہری معطل ہو جاتے ہیں) وہ کس درجے کے نیند میں ممکن ہے۔ (۳) توجہ کی بیکروی کی سرحد کہاں سے شروع ہوتی ہے (۴) بطرح بحالت استغراق ترغیبات سے معمول کے حواس خمسہ تیز ہوتا ہو جاتے ہیں کیا اس طرح اسکی ذہنی قوتوں (حواس باطنی) کو بھی ترقی دی جاتی ہے۔ (۵) کیا ہینا ٹرم کے دعوے سے روشن ضمیری کا اظہار ممکن ہے۔ (۶) کیا یہ ممکن ہے کہ تنزیہی معمول سے نفس کی ایسی صلاحیتوں کو جگا دیا جائے کہ وہ پوشیدہ چیزوں کا علم حاصل کر سکے۔ ڈاکٹر صلاح الدین ناصر اور دوسرے تنزیہی کارروں کی خدمت میں عرض یہ ہے کہ معمول کی ترغیب پذیری کا انحصار نیند پر نہیں۔ معمول کی ذہنی کیفیت پر ہے بس اس قدر کافی ہے کہ معمول جسم کو ڈھیلا چھوڑ کر آنکھیں بند کر کے اطمینان سے لیٹ جاتے۔ اور اپنی پوری توجہ عامل کی ترغیبات پر مرکوز کر دے۔ جب عامل کہے کہ اب تم بالکل آرام وہ حالت میں لیٹے ہو۔ تو معمول کو محسوس کرنا چاہیے۔ کہ فی الواقع وہ نہایت آرام اور سکون سے لیٹا ہے۔ جب تنزیہی کار معمول سے کہے کہ تمہارا جسم بو جھل ہو رہا ہے۔ تمہارا بدن سن ہو رہا ہے تمہارے ہاتھ پاؤں اگڑے ہیں۔ تمہارے پیوٹے بند ہو رہے ہیں۔ تمہاری پلکیں بند ہو رہی ہیں۔ تمہاری آنکھیں بند ہو رہی ہیں۔ تو عملاً معمول ان تمام جسمانی کیفیات کو محسوس کرے۔ سچ اس کا جسم بو جھل ہو جائے۔ بدن سن ہو جائے۔ ہاتھ پاؤں اگڑ جائیں پیوٹے بند ہو جائیں۔ پلکیں بھاری ہو جائیں اور آنکھیں

بند ہو جاتے۔ گویا اصل شے نیند کے مختلف مدارج نہیں بلکہ ترغیب پذیری کی شدت ہے۔ ظاہر ہے کہ اس عالم میں معمول کا ذہن یکسو ہو جاتا ہے۔ اور صرف عامل کے احکام کی بجا آوری ہی اس کا مقصد عمل بن جانا ہے۔ اس عالم میں معمول پر شدید عملیات جراثیم کے عذاب ہیں تو اسے کسی تکلیف کا احساس نہیں ہوتا نیند کے ہر درجے میں معمول ہر قسم کی ترغیبات قبول کر کے ان پر عمل کر سکتا ہے۔ یہ تنویم کار پر ہے کہ وہ معمول کر کس درجہ پر رکھنا چاہتا ہے۔ ہلکی نیند میں۔ اچھٹی ہوئی۔ یا گہری نیند میں! البتہ یہ واضح ہے کہ معمول کی تنویمی کیفیت جس قدر گہری ہوگی۔

(بحیثینز) اور ترغیبات اور مابعد التنویم (پوسٹ ہیناٹک بحیثینز) کے اثرات اسی قدر دیرپا ہوں گے۔ اور جب قدر تنویمی اثرات گہرے ہوں گے۔ ذہنی اور نفسی تبدیلیاں اسی قدر وسیع ہوں گی! جہاں تک علاج معالجے کا تعلق ہے تو بلاشبہ شفا یابی تنویم کار کی مہارت اور مقناطیسی قوت پر موقوف ہے۔ جالب سید (نواب شاہ) اپنے مکتوب مورخہ سر نومبر ۱۹۶۸ء میں رقم طراز ہیں کہ غالباً دس یا گیارہ مہینے ہوئے کہ ایک عمر رسیدہ شخص کو والد صاحب گھر میں لے کر آئے۔ اب وہ شخص شاید پنجاب میں کسی مقام پر ہوگا۔ اس اجنبی شخص نے عجب کمال کا مظاہرہ کیا۔ اور اس واقعہ نے چند سوالات ذہن میں پیدا کئے، میں۔ سب سے پہلے اس نے دس گیارہ سال بچے کو فرخ پر لٹایا۔ اور اس کی آنکھوں پر پٹی باندھ دی۔ اس شخص کے کہنے پر ہم سب نے درود شریف پڑھ پڑھ کر اسپر پھونکا۔ جب یہ ابتدائی تیاریاں ہو چکیں۔ تو اس شخص نے جس کا نام عبد اللہ تھا۔ بچے کو حکم دیا کہ تصور کرو تم فلاں سبزہ زار میں ہو۔ لڑکے نے اعتراف کیا کہ ہوں۔ پھر عبد اللہ نے بچے

کو ترغیب دی کہ تم اپنے دوستوں سے ساتھ کہیں جا رہے ہو۔ انہیں سلام کر رہے ہو۔ وہ جواب دے رہے ہیں۔ غرض آہستہ آہستہ آہستہ آہستہ بچے پر عبداللہ تنویم کا ر کے احکام کی تعمیل میں ایک ایسی کیفیت طاری ہو گئی کہ وہ امور غیب کی تفصیل بیان کرنے لگا۔ پھر اسے سبزہ زار کی کیفیت معلوم کی۔ جو کسی طرح بچے کے علم میں نہ تھی۔ پھر اس سے اسکول کے بارے میں دریافت کیا۔ اس نے بالکل صحیح کہا کہ میرے باپس طرف بلڈنگ ہے۔ داہنی طرف کیر کا درخت ہے۔ سامنے لائبریری کی عمارت ہے۔ الغرض عبداللہ کے حکم پر بچے نے ساری صحیح تفصیلات بیان کر دیں۔ حالانکہ وہ ان مقامات سے واقف نہ تھا۔ اب عبداللہ کی حالت سن لیجئے۔ یہ ایک اجڑ گنوار ہے۔ لکھنا پڑھنا تک نہیں جانتا۔ جاہل ہے گھٹیا ذوق رکھتا ہے بایں ہمہ باتیں اور نمازی ہے۔ مسخرا بھی ہے۔ گپ باز بھی ہے۔ عبداللہ کی شخصیت میں کوئی جاذبیت نہیں۔ بایں ہمہ ایک خونخاک مقناطیسی شخصیت کا مالک ہے۔ جالب سید نے آخر میں لکھا ہے کہ میرا خیال ہے کہ ان مظاہر کا تعلق اسپتھریول ازم اور ہیناٹزم سے ہے!

جناب سید نے درست لکھا ہے۔ عبداللہ تنویم کا تھا۔ اور عبداللہ جیسے صدمات تنویم کا رمر بازار ٹرکوں پر تماشے دکھاتے مل جاتے گئے۔ لیکن ایسے انارٹوں کو تنویم کاری کی اجازت دینا۔ ہیناٹزم کی سٹیش کے ساتھ ظلم ہے۔

## بیک نظر

آئیے اب بیک نظر ہینا ٹرم اور سمر ٹرم کے مباحث کا جائزہ لے کر اپنے لئے کوئی لائحہ عمل طے کر لیں۔ ہینا ٹرم ہو یا سمر ٹرم! دونوں کا تعلق اثر اندازی اور اثر پذیرگی سے ہے۔ یعنی آپ تنزیم کار کی حیثیت سے معمول کو جو ترغیب دیں۔ وہ اسے سچے دل سے قبول کرے۔ لیکن اگر عامل کی قوت ارادی پوری طرح برسرِ کار ہے اسکی مقناطیسی شخصیت دوسرے کو مسحور و مسحور کر سکتی ہے۔ تو وہی معمول چاہے یا نہ چاہے وہ عامل کے احکامات بجالانے پر مجبور ہے جو لوگوں کو تنزیم کاری میں مہارت کھلی حاصل ہوتی ہے۔ تو آدمی تو آدمی جانوروں تک کو "سمر آنرڈ" یا "ہینا ٹرمڈ" یعنی اس پر تنزیمی نیند یا بے حسی طاری کر سکتا ہے۔ یہ کوئی افسانوی اندازِ بیان نہیں! واقعہ یہ ہے کہ شیر باہتی۔ ار نے بھنسنے، مگر گچھ اور اثر ہے جیسے مہر اور قوی الجشہ جادو تک کو تنزیم زدہ کیا جاتا اور کیا جاسکتا ہے میں نے خود اس قسم کے کرشمے دیکھے ہیں۔ مگر کیا اس کے معنی یہ ہیں کہ ہینا ٹرم اور سمر ٹرم (ایک ہی چیز کے دو نام ہیں) کا جادو سے کوئی تعلق ہے؟ جی نہیں! جادو یا ضابطہ ایک فن ہے۔ اور میں اس فن سے ناواقف محض ہوں۔ کوئی ختمی رائے سحر و سامری کے بارے میں قائم کر لینا ممکن نہیں صرف یہ کہہ سکتا ہوں کہ تنزیم کار اور جادو میں بڑا استریبی رشتہ ہوتا ہے۔ ساحر و سحر ہر دہی را ہوتا ہے۔ جو عامل تنزیم و معمول تنزیم بلکہ مرید و مرشد میں پایا جاتا

اب تک یہ بات طے نہیں ہوئی کہ تنزیمی قوت کی اصل کیا ہے؟ کیا یہ توانائی کی کوئی ایسی قسم ہے جو ذہن انسانی کے عمل سے پیدا ہوتی ہو مراقبہ کی کیفیت میں انسانی دماغ سے بعض قسم کی لہریں نکلتی ہیں لیکن ان لہروں کی سائبی تشریح اب تک نہیں ہو سکی۔ عین ممکن ہو کہ تنزیمی نیند کے دوران بھی عامل و معمول کے درمیان کسی انجان توانائی کی بدولت کوئی ناقابل شکست رشتہ قائم ہو جاتا ہے۔ اس رشتہ کو تنزیم کاری کی اصطلاح میں RAPORT کہتے ہیں۔ فن تنزیم کے تکنیکی باریکیوں میں غوطہ زنی کئے بغیر عام آدمی کے لئے یہ کافی ہے۔ کہ وہ مسلسل ترقیاتی کے ذریعہ اپنے اوپر تنزیمی کیفیت طاری کر سکتا ہے! انصاب تعمیر و تنظیم شخصیت (S.C.T) کی تمام مشقیں، ذہن، اعصاب اور جسم پر تنزیمی اثرات ڈالتی ہیں خصوصیت کے ساتھ سانس اثر کاروتوجہ اور مراقبہ کی مشقیں! آپ کو کسی تنزیم کاری کی تلاش و جستجو کے بجائے خود تنزیمی کی مشق کرنی چاہیے۔ یعنی ترقیاتیات کے ذریعہ اپنے اوپر خود کی اور جسم میں تناؤ و میراجم اکڑ رہا ہے مجھے نیند آرہی ہے۔ کی حالت طاری کرنی چاہیے۔ تربیتی فقرہ جتنی بار دہراہیں گے۔ اس کیفیت میں شدت پیدا ہوتی چلی جائے گی۔ فرض کیجئے کہ آپ کی ترقیاتیات سے جسم اور ذہن کوئی اثر قبول نہیں کرنا۔ نہ کرے۔ آپ نیند آتے وقت اور آجائے کے ساتھ ہی تربیتی فقرہ مثلاً میں روز بروز بہتر سے بہتر ہونا چلا رہا ہوں۔ دہرانا شروع کر دیں۔ اور کم سے کم اکیس مرتبہ یہ فقرہ دہرائیں۔ رفتہ رفتہ اس عمل سے بجز نما اثرات ظاہر ہوں گے۔

ڈاکٹر محمد اصغر (نصیل آباد) لکھتے ہیں کہ



کیرول روگ مین (مریضہ) کا بیان ہے کہ میں اس لئے زندہ ہوں کہ مجھے ماں نے اپنی دعاؤں سے مرنے نہیں دیا۔ کیرل روگ مین اب شادی شدہ اور تین بچوں کی ماں ہے اسکی کہانی یہ ہے کہ ۱۹۶۶ء میں وہ کار کے ایک حادثہ میں شدید مجروح ہو گئی تھی۔ دماغی ضرب ایسی لگی کہ کیرل روگ مین پر پہنچی طاری ہو گئی اور وہ چار ماہ اسی حالت میں رہی۔ اس کا وزن ۱۳۲ پونڈ سے کم ہو کر صرف سپنٹھ پونڈ رہ گیا۔ ڈاکٹروں نے اعلان کر دیا کہ اب وہ مریضہ کی جان بچانے سے قاصر ہیں۔ اور یہ کہ اسکی جاں بری کی امید صرف پانچ فیصد ہے شفا یاب مریضہ کا بیان ہے کہ اسکی ماں ہر روز اسکے کان میں کہتی تھی کہ خدا ہر چیز پر قادر ہے اور وہ تجھے تندرست کرے گا! دعا اور دعا نے آخر آخر دکھایا اور لڑکی چند ماہ میں بالکل ٹھیک ہو گئی۔ و مطبوعہ نولے دفعہ یکم اکتوبر ۱۹۶۶ء) حقیقت یہ ہے کہ دعا بجا ہے خود ایک ترغیبی قوت ہے۔ آپ اضطراب و اضطراب کے عالم میں پوسے اخلاص کے ساتھ جو دعا مانگتے ہیں۔ وہ نفس انسانی کے اندر بعض حیرت انگیز طاقتوں کو جنم دے دیتی ہے۔ اور آدمی پیش آمدہ مصائب پر غالب آنے کے لئے کوشاں اور غالب آ جاتا ہے۔ عقیدہ بہت بڑی طاقت ہے۔ نفس کا وہ حصہ جو عقیدہ کی براہ راست گرفت میں رہتا ہے عقل کی تزکینازی سے بچا رہتا ہے۔ تو بھی ترغیبات خواہ وہ ترغیب دوسرے کی زبان سے ادا ہو یا آپ خود ترغیبی پر عامل ہوں نفس کے اس حصے پر اثر انداز ہوتی ہے جو براہ راست عقیدے کو قبول کرنے پر مستعد رہتا ہے۔ تو بھی علاج سو فیصدی سائنسی طریق علاج ہے۔